

Những Chữ Vàng

Dịch giả: Thiện Tri Thức

Lời nói đầu

Trước tiên, tôi cảm ơn Ngài Namkhai Norbu Rinboche, người đầu tiên làm rõ những nguyên tố quan trọng ba trình bày của Garab Dorje giúp hiểu được toàn bộ Dzogchen (Potter Valley, California, 1980); và sự giúp đỡ vô giá của ngài trong việc phiên dịch bản văn, đặc biệt là Das-rjes. Tôi gửi lời cảm ơn tới Rinpoche đã viết lời dẫn cho sách này. Ngoài ra tôi biết ơn đã nhận được trao truyền về bản văn của Ngài Patrul Rinboche, bản dịch cũng thấy trong sách, từ một số đạo sư nổi tiếng của truyền thống Nyingmapa như H.H. Dudjom Rinboche, Lama Gonpo Tsedan Rinboche, và Lama Tharchin Rinboche.

Tôi dịch bản văn của ngài Patrul Rinboche, được biết như *mKhas-pa sri rgyal-po'i khyad-chos*, “Giáo Huấn Đặc Biệt của Vua Trí Tuệ và Vinh Quang” trong số những luận thư nổi tiếng ở Tây Tạng về ba trình bày này, trong lúc tôi sống ở Baudha tại thung lũng Kathmandu thuộc Nepal (mùa xuân 1978). Tôi gửi lời cảm ơn Ani Lodro Palmo đã tử tế cho tôi bản sao bản văn này, cô đã đem từ Tashi Jong ở Himachal Pradesh. Qua những tách trà trong nhiều giờ tại Khách sạn Bir, trong giai đoạn vài ngày, tôi đã hoàn tất bản dịch. Nhưng sau đó tôi bỏ qua nó vài năm. Trong lúc đó tôi đọc một số những bản dịch khác của Sogyal Rinboche, Tulku Thondup, và Keith Dowman. Vài năm trước, tôi đọc lại bản dịch của tôi đem những thuật ngữ kỹ thuật Phật Giáo Tây Tạng vào bản dịch. Khi tôi xem xét bản dịch để xuất bản, được đề nghị bao gồm trong bản dịch *Das-rjes*, được xem là đại diện cho bản văn thực sự về bằng chứng cuối cùng của Garab Dorje. Nỗ lực này đã tạo cảm hứng bởi chương trình trở lại bản văn nguyên thủy của truyền thống Dzogchen của tôi, và không chỉ dựa vào sự trình bày tuyệt vời của những vị tổ thời trước của truyền thống, thường là trường hợp giữa những người Tây Tạng.

Bản văn sau này, không giống như tác phẩm của Patrul Rinboche viết bằng ngôn ngữ Tạng khó hiểu; quá tóm lược và hàm ý. Ngoài ra, việc giới thiệu Thekchod (*khregs-chod*) và Thodgal (*thod-rgal*) lại hòa lẫn với nhau trong bản văn, thay vì cứng rắn tách ra như trong trường hợp với truyền thống Terma sau này. Trong khóa ba buổi chiều tại đợt nhập thất ở Jamestown, Colorado (tháng 7/ 1987), Namkhai Norbu Rinboche hào phóng dành vài giờ trong khi chúng tôi xem lại bản dịch này. Có thể thấy kết quả này giữa các dòng của luận thư và những ghi chú theo sau bản dịch. Vì ngôn ngữ khó hiểu của bản văn và sự cần thiết của việc phiên dịch những bản văn gốc rải rác với những ghi chú (*mchan*) thấy ở Tây Tạng, cũng như một số cụm từ được thêm vào trong ngoặc cung cấp bởi dịch giả để dễ đọc và dễ hiểu bản văn, tôi quyết định phương pháp tốt nhất là quy định một cách dịch liên tục và hơn nữa, phải thoát ý không bị gián đoạn bởi những ghi chú, và hạn chế sự dịch nguyên nghĩa cùng với những bình luận giữa các dòng ở những chỗ cần thiết.

Để chứng minh phương pháp dịch của tôi là đúng, việc xây dựng trước tiên trong một cuộc hội thảo về phiên dịch những thuật ngữ kỹ thuật Phật giáo với Giáo sư Edward Conze vào năm 1967-1968 (Đại học Washington, Seattle), hãy xem chương có đề tựa “Ghi chú về việc phiên dịch những thuật ngữ kỹ thuật Dzogchen” Một chú giải những thuật ngữ Dzogchen bằng tiếng Tây Tạng và tiếng Anh cung cấp ở phần sau quyển sách, sự giải thích việc dịch những từ Tây Tạng được thấy ở phần ghi chú và phần bình luận. Tôi bỏ đi những bản dịch này nhằm giảm gánh nặng cho đọc giả. quyển sách này là một giới thiệu đầu tiên của giáo lý Dzogchen được tìm thấy trong hai bản văn này hơn là một nghiên cứu về lịch sử hay triết học của truyền thống Dzogchen nguyên thủy. Ở đây tồn tại một số tiểu sử bản thân cuộc đời của Thánh Garab Dorje lưu trữ trong truyền thống Nyingmapa và họ không đồng ý tất cả các chi tiết. Vì vậy bằng cách của khoa tiểu sử tôi trình bày ở đây chỉ một bản dịch : Bản thân của Garab Dorje thấy ở *Lo-rgyus chen-mo* của Zhangton Tashi Dorje (1097-1167) trong bộ sưu tập *Bi-ma snying-thig* của Longchen Rabjampa. Có thể đây là một tường thuật cổ nhất về cá nhân Garab Dorje. Tôi cũng tham khảo bản giải thích thấy trong *Dra bag chen-mo* (không rõ tác giả) tiểu sử của dịch giả nổi tiếng Vairochana, hiện hữu khoảng thế kỷ 13 gồm những tài liệu cổ hơn. Tôi cũng bao gồm ở đây, cho những hành giả quan tâm bản viết của ngài Khyentse Chokyi Lodro Rinpoche (1896-1959), một Guru Sadhana ngắn cho Garab Dorje. Sadhana này đã được ngài Sogyal Rinboche hào phóng ban cho trong lúc viếng thăm cuộc nhập thất mùa xuân tại Merigar, Italy, Tháng Tư 1985.

Vì nhiều bản văn ban đầu của truyền thống Dzogchen bắt nguồn từ thế kỷ thứ 10 và 11 của thời đại chúng ta vẫn còn tồn tại, một số học giả sau này cho rằng Dzogchen được phát hiện thực sự vào thời gian không được rõ ràng của các Lama Bonpo và Nyingmapa. Những Lama đó, theo sự tranh luận này, muốn những học thuyết nhận ở Tây Tạng một cách thông thường được gán cho những hình ảnh anh hùng ban đầu đặc biệt là Padmasambhava và Vimalamitra trong thế kỷ thứ 8. Tuy nhiên lý thuyết này rơi vào một sai sót chung với các học giả lý thuyết mà kiến thức giới hạn chỉ nghiên cứu những bản văn viết tay, họ cho rằng một ý tưởng hay thực hành không tồn tại cho đến khi nó được viết ra trong một số bản văn. Dĩ nhiên, cách tiếp cận này bỏ qua và bất chấp sự quan trọng của truyền thống miệng (*snyan brgyud*) liên quan đến việc giáo huấn tâm linh. Bản thân tôi đã kinh nghiệm thực tế trước tiên trong những năm cư trú giữa các Lama Tây Tạng ở Ấn Độ và Nepal. Vì vậy, tôi không nghi ngờ việc giáo lý Dzogchen trở lại Tây Tạng vào thế kỷ thứ 8 với Đức Liên Hoa Sanh [Padmasambhava], Vimalamitra và Vairochana, đúng như đã trình bày trong truyền thống, và hầu hết có khả năng trước khi đến Ấn Độ và tới Uddiyana. Dzogchen không phải là điều gì tạo ra *ngoại không (ex nihilo)* trong thế kỷ thứ 10. Chắc chắn những bản viết tay ở thư viện Tun Huang của thế kỷ thứ 10 chứng minh sự hiện hữu của nó vào thời gian đó. Tuy nhiên, ngay cả nếu thể hiện lần cuối, Dzogchen đó như một di chuyển độc lập trước tiên đến thế giới này vào thế

kỷ thứ 10 với Nubchen Sangye Yeshe (*gNubs-chen sangs-rgyas ye-shes*), Shenchen Luga (*gShen-chen klu-dga'*), và những người khác, lỗi hỏng hai trăm năm này giữa thế kỷ thứ 8 và 10 không làm mất sự ngưỡng mộ đến sự thật phổ quát của giáo lý Dzogchen như một con đường đến giải thoát và giác ngộ. Chân lý tâm linh vượt lên lịch sử. Tôi ám chỉ một số vấn đề lịch sử và triết học này trong chương có đề tựa “Lịch sử nguyên thủy của Dzogchen” nhưng một xem xét những vấn đề đầy đủ hơn thuộc về sự thảo luận sau này.

Tất cả những phiên dịch từ tiếng Tạng là của tôi, ngoại trừ có những chỉ định khác. Những chữ nước ngoài tìm thấy trong bản văn là tiếng Tạng, nếu không có những chỉ định khác. Những chữ Tây Tạng chuyển ngữ theo hệ thống Wylie được chứa trong ngoặc đơn hay viết nghiêng không ngoặc đơn, những chữ gốc tên cá nhân Tây Tạng và tựa của bản văn ban đầu được viết in hoa, những chữ Tây Tạng phát âm theo phiên âm tiếng Anh không viết in. Ngoài ra những chữ Sanskrit không viết nghiêng. Trong bản dịch tôi thêm vào và giải nghĩa được đặt trong ngoặc đơn. Dấu ngoặc chỉ một ghi chú tiếng tạng được chèn vào bản văn nguyên thủy Tạng ngữ.

Cuối cùng, trong việc chuẩn bị xuất bản quyển sách này, tôi cảm ơn biên tập viên Micheal Taylor vì những gợi ý và bình luận rộng rãi của ông; tôi muốn gửi lời cảm tạ đến Arthur Mandelbaum, Bob Kohut, Charles Stein, Andea Loseries-leick, Tina Smith và Andy Lukianowicz đọc và sửa bản viết tay và giúp nhiều gợi ý hữu ích. Hơn nữa tôi cũng đặc biệt cảm ơn Brooke Henley đã kiên nhẫn đánh bản thảo này vào đĩa và Robert Knight đã nỗ lực nhập dữ liệu bản văn vào máy tính.

Mặc dù toàn bộ bản văn trong cuốn sách này, *Những Chữ Vàng*, được viết và hoàn thành vào năm 1990, nhưng việc xuất bản lại bị trì hoãn trong gần bốn năm để đáp ứng với hoàn cảnh đã vượt lên sự kiểm soát của tôi với nhà xuất bản đầu tiên. Vì vậy tôi vô cùng biết ơn nhà xuất bản Snow Lion đã ra mắt quyển sách này. Hơn nữa vì quyển sách đã trì hoãn quá lâu, chương “Lịch sử ban đầu của Dzogchen” không đáp ứng với bất cứ những tác phẩm uyên thâm mới nào đã xuất hiện trong lãnh vực từ năm 1990. Tôi xin lỗi về điều này. Tuy nhiên, nó chính là hy vọng của tôi, với tư cách dịch giả, việc dịch bản văn Dzogchen thấy ở đây sẽ thuộc về những hành giả.

Vajranatha (John Myrdhin Reynolds)
Freehold, New Jersey, Tháng 1-1995

LỜI NÓI ĐẦU

Của Ngài Namkhai Norbu Rinboche

Tất cả những giáo lý liên quan đến con đường của Ati Dzogchen có thể xếp vào ba chủ đề: Nền, Con Đường, và Quả. Tương tự, những bản văn dạy những vấn đề liên quan đến ba chủ đề này thường được biết là Ba Bộ giáo lý Dzogchen [1].

Bây giờ, liên quan đến Ba Bộ này, tất cả những giáo lý ban đầu liên quan đến Con Đường của Ati Dzogchen đã được phát hiện tất cả là bản duy nhất và được hợp nhất bởi vị thầy vĩ đại đầu tiên của Dzogchen là con người bằng xương bằng thịt, Garab Dorje [2], với những cá nhân đệ tử thân cận của Ngài. Đi tiên phong giữa họ là Đại sư Manjushrimitra [3], Ngài đã thu thập những giáo lý Dzogchen nguyên thủy. Rút ngắn những lời giáo huấn, Ngài chia chúng ra làm Ba Bộ. Vì thế, chúng ta có thể hỏi tiêu chuẩn nào để thiết lập giáo lý theo cách đó? vào lúc vị tổ Garab Dzogchen nhận thức Thân Ánh Sáng thanh tịnh [4], Ngài ban cho Manjushrimitra là đệ tử chính trong đoàn tùy tùng của vị tổ, “Ba Bài Kệ Vajra”[5]. Những bài kệ này được xem là đại diện cho Bản Chúc Thư Cuối Cùng [6] của Tổ trong đó Ngài cô đọng cốt lõi của tất cả những giáo lý thuộc về con đường của Dzogchen thành những điểm cốt lõi. Trong một cách hoàn mãn và liên tục, Ba Bài Kệ Vajra của Bản Chúc Thư Cuối Cùng hiện thân cho trái tim thực sự của những điểm trọng yếu của Nền Tảng, Con Đường và Kết Quả một cách tương ứng. Cũng như bơ là sản phẩm nguyên chất từ sữa, Ba Trình Bày [7] này đưa ra những chương trình có ý nghĩa của tất cả các giáo lý thuộc về Con Đường của Dzogchen. Vì thế Ba Trình Bày này đại diện cho một chìa khóa thực sự để mở cánh cửa vĩ đại đến mục tiêu của Upadeshas thâm sâu của những điểm trọng yếu trình bày chi tiết trong Dzogchen. Vì sự bao gồm mọi thứ có liên quan đến Dzogchen, Ba Bài Kệ Vajra này cung cấp lý do căn bản cho sự phân chia giáo lý Dzogchen thành Ba Bộ (Three Series).

Tuy nhiên, một số học giả Tây Tạng mặc dù đi vào giáo lý của con đường Dzogchen một cách sùng kính chân thành đã đưa ra cho những người đệ tử của họ rằng Ba Bộ giáo lý Dzogchen này, cụ thể là Semde, Longde và Upadesha [8] hoàn toàn khác với quan điểm và giáo lý [9] của họ. Họ khẳng định giáo lý chứa trong Ba Bộ bắt nguồn từ rất sớm khi nó được hiểu rằng ba cái thấy phân biệt (kiến) hiện hữu trong truyền thống Dzogchen. Tuy nhiên những quan điểm khác [10] của những học giả này mặc dù họ thiết lập phù hợp những nguyên lý chung của hệ thống họ tôn kính,[11] thực sự giới thiệu Dzogchen theo phong cách riêng. Ở đây không có sự thiết lập nào trong thực tại, và tiến trình này sai lạc đáng kể từ mục đích của ý nghĩa thực sự của Dzogchen. Rõ ràng rằng những suy đoán này đại diện cho sự tưởng

tượng của những cá nhân học giả, những người chỉ theo đuổi những phân tích tri thức. Thỉnh thoảng nó thích hợp để phân biệt giáo lý Dzogchen thành Ba Bộ này và chỉ rõ chúng liên quan tương ứng lần lượt với Nền Tảng, Con Đường và Kết Quả của Dzogchen Yet. Trong thuật ngữ của Trạng Thái Bản Nhiên của Ati Dzogchen [12] có việc hoàn toàn tự do thực sự rơi vào bất cứ sự thiên vị nào và, vì vậy nhấn mạnh trên những chủ đề khác nhau. Tuy nhiên, không có bất cứ những gì (liên quan đến Trạng Thái Tự Nhiên của Dzogchen) đòi hỏi loại khẳng định vị trí triết học [13], xây dựng bằng cách của (tiến trình ba bước) sự bác bỏ, sự chứng minh, và hành vi bác bỏ [14] đã thực hiện bởi các học giả này.

Vì sự tồn tại vô hạn những tính khí và nhân cách giữa các chúng sinh, nên hiện hữu những phương tiện, phương pháp khác nhau tương ứng để có thể thực hiện việc hướng dẫn họ trực tiếp đến Trạng Thái Nguyên Sơ của Dzogchen [15], nhưng không cần thiết nói tất cả về chúng ở đây. Tuy nhiên, khi có một cá nhân đặc biệt chuẩn bị đi vào thực hành Dzogchen, luôn có một phương pháp thích hợp để sử dụng. Về phần cá nhân, ba loại hành vi khác nhau tương ứng với ba cửa: thân, khẩu, ý. Vì thế, người thầy cần nhắc những kinh nghiệm cá nhân của đệ tử qua ba cửa (thân, khẩu, ý) để ban cho một hướng dẫn trực tiếp thích hợp đến trạng thái nguyên sơ của Ati [16] bằng cách sử dụng những phương pháp và phương tiện khác nhau. Chẳng hạn, ông ta có thể giải thích cho đệ tử về tính chất của tấm gương, nó có tính chất nội tại là trong sáng, tinh khiết và không gợn nhơ [17], do đó những vật [đặt trước tấm kính] xuất hiện như một hình ảnh phản chiếu trong nó. Trên căn bản của sự tương tự hay ví dụ này [18], một hiểu biết (liên quan đến ý nghĩa) khởi lên trong đệ tử rằng kinh nghiệm của hiện tượng giống như sự phản chiếu thấy trong tấm gương.

Tất cả những giáo lý liên quan đến con đường Ati Dzogchen được vị thầy tối cao Garab Dorje hiển lộ cho các đệ tử con người có thể hệ thống thành ba dạng: Tantra, Agama, và Upadesha [19]. Một cách truyền thống có khoảng 6.400.000 Tantra trong Ati Dzogchen. Ngoài ra nó được ghi lại trong *sGa thal-'gyur* Tantra [20] và ở nơi khác mà những giáo lý Dzogchen này được tìm thấy trong nhiều hệ thống thế giới khác nhau khắp đại vũ trụ. Tuy nhiên rõ ràng là không yêu cầu sự hiện hữu nhiều giáo lý Ati Dzogchen trong thế giới giới hạn nhân loại của chính chúng ta ở đây.

Giáo lý Ati Dzogchen hiện diện thực sự ở đây (trong thế giới nhân loại của chúng ta được giới thiệu phù hợp với vận may của thiện nghiệp của chính chúng ta (cá nhân và tập thể)). Quan trọng tantra trong chúng là Tanta Gốc [21] như *Byang-chub kyi sems kun-byed rgyal-po'i rgyund* (Tantra Gốc vĩ đại của Chuỗi Dzogchen Semde), *kLong-chen rab-'byams rgyal-po'i rgyud* (Tantra Gốc vĩ đại của Chuỗi Dzogchen Longde), và *sGa thal-'gyur rtsa-ba'i rgyud* (Tantra Gốc của Chuỗi Dzogchen Upadeshas), cũng như sự giải thích rộng lớn và hạn hẹp Tantra của họ và những loại Upadesha và Tantra khác, [23]. Theo *sGra-thal-'gyur*, Tantra Dzogchen giữ vị trí đặc biệt quan trọng trong hệ thống mười ba đại tinh tú (một trong số đó là

của chúng ta). Trong số lớn những Tantra thuộc về Ati Dzogchen hiện diện khắp vũ trụ đại rộng mở bao la, [25] có một nhóm bản văn bộc lộ ý nghĩa thâm sâu cốt lõi. Thêm vào đó có sự hiện hữu nhiều loại Agamas khác, hay những bản văn triết học đại diện cho sự cô đọng của những Tantra đó. Hơn nữa có nhiều loại Upadeshas khác trình bày chi tiết một cách thẳng thắn những kinh nghiệm đặc biệt của cá nhân các bậc Vidyadharas đã đạt được giác ngộ (của việc thực hành Dzogchen) điều này là chắc chắn.

Tuy nhiên một số học giả Tây Tạng duy trì thói quen đó, vì Tantra Dzogchen không thực sự phô bày mười chủ đề đặc tính thông thường của Tantra [26], do đó những bản văn này không có những đặc tính cần thiết của một Tantra. Nói chung, cần phải phô bày mười chủ đề của một Tantra, đây là quan điểm của Con Đường của Sự Chuyển Hóa hay còn được biết là hệ thống Mật Chú. Tuy nhiên, không có bất cứ cái gì (trong 10 chủ đề này) một cách đặc biệt thuộc về hệ thống của Ati, là con đường của sự tự-giải thoát [27] là chống lại với quan điểm [28] của con đường chuyển hóa. Vì thế chắc chắn rằng sự thiếu về 10 chủ đề này sẽ không cản trở để bản văn này được xem là một Tantra. Ngoài ra, trong *Byang-chub kyi sems kun-byed rgyal-po* và trong những Tantra Gốc vĩ đại khác của Ati người ta không đợi tìm thấy chúng ở chỗ khác (trong sự chấp nhận khác của Tantra Dzogchen).

Một lần nữa những học giả Tây Tạng như Drigung Paldzin [29], xác nhận tự thân học thuyết Dzogchen là không xác thực, chẳng hạn như là những bản văn gốc hoặc Tantra, Agama, và Upadesha, Tantra Dzogchen *Kun-byed rgyal-po*, được các học giả Tây Tạng soạn sau này. Trong những trường hợp như vậy, khi xuất hiện yêu cầu đặt vấn đề tính xác thực của Dzogchen bằng cách khẳng định bản văn nguyên thủy được sáng tác từ thời xưa vì thế không được xác thực (Kinh văn đạo Phật) giống như một đám mây đen của những niệm tưởng sai lầm (che sự trong sáng của tâm). Trái với những học giả giác ngộ (của truyền thống Nyingmapa) thuộc cả hai thời xưa và nay như trong số họ là Kunkhyen Longchen Rabjamba vĩ đại [30] và Sogdogpa Lodro Gualtsan [31], thực hiện việc trích dẫn kinh điển sáng rõ như ban ngày và những vấn đề trở nên rất dễ hiểu.

Ngoài ra trong thời đại chúng ta một số những bản văn xưa (liên quan đến vấn đề này thời gian khoảng từ thế kỷ thứ VIII đến thế kỷ thứ X sau công nguyên) được tìm thấy ở Tun Huang Trung Quốc. Trong số chúng là Agama với đề tựa *Rig-Pa'i khu-byug* [32] là bản văn gốc của Dzogchen cùng với một luận giảng ngắn về ý định của nó, cả hai phiên dịch từ ngôn ngữ của Uddiyana do đại dịch giả Tây Tạng Vairochana. Hơn nữa (thuộc về những phát hiện ở Tun Huang) cũng thấy một bản văn Dzogchen thứ hai với tựa đề *sBas-Pa'i rgum chung* được viết bởi vị tổ Dzogchen Buddhagupta,[33] cùng với một luận giảng về những điểm trọng yếu gay go của nó. Thêm vào đó cùng với chúng cũng tìm thấy bản văn khác, ở đó Trạng Thái Nguyên Sơ của Ati [34] được giác ngộ tuyệt đối bằng con đường của tiến trình viên mãn của

việc thiền quán bốn tôn Shri Vajrakilaya [35]. Vì thế người ta có thể thấy rõ rằng ba bản văn này được tìm thấy ở Tun Huang chứng tỏ tính xác thực của Dzogchen .

Hơn nữa giáo lý Dzogchen đã xuất hiện ở Tây Tạng trước tiên (trước thế kỷ thứ VIII), khoảng thời gian của vị vua Zhang-Zhung là Triwer Sergyi Jyaruchan [36]. Từ thời gian của vị vua này đến nay là 3600 năm. Vị Thầy của Bon, Shenrab Miwoche [37], là người đầu tiên dạy Dzogchen (cho nhân loại) mà vào thời điểm đó được biết như “Bon của Tâm Viên Mãn” [38]. Ngài giảng dạy ở Olmo Lung-ring tại Tazig (Trung Á), và sau đó Giáo lý Dzogchen lan truyền từ đây đến đất nước Zhang-Zhung, nằm ở phía Tây của Trung Tâm Tây Tạng [39]. Sau đó, trong thời đại vua Tây Tạng Songtsan Gampo, [40] hành giả của Bon từ Zhang-zhung Gyerpung Nangzher Lodpo được mời cư trú ở Tây Tạng, và ở đó họ dạy Tantra của *Zhang-zhung snyan-rgyud*. [42] Do đó, hiển nhiên từ lịch sử tìm thấy trong *Zhang-zhung snyan-rgyud* vị tổ này là người đầu tiên mở đầu phong tục giảng dạy Dzogchen ở Trung tâm Tây Tạng [43].

Sau đó, trong thời vua Tây Tạng Tisong Detsan [44], Ngài Liên Hoa Sanh [Padmasambhava], vị tổ vĩ đại từ Uddiyana, được mời đến thăm đất nước Tây Tạng. Vì thế, với Trung Tâm Tây Tạng, Ngài là người đầu tiên mở cánh cửa của Giáo Pháp Đại Mantra Bí Mật Kim Cang Thừa (cho Tây Tạng), và, đặc biệt, Ngài giới thiệu Mahayoga, Anuyoga, trong đó ngài dạy Atiyoga. Ngài tạo ra những giáo lý này, được biết như Ba Bộ Yoga của Tantra Nội , lan tràn rộng khắp Tây Tạng.

Tuy nhiên, một số học giả (đó là Bonpos) xem xét ý kiến này, ngay cả dù đại sư Padmasambhava đã thực sự đến Trung Tâm Tây Tạng (trong thế kỷ thứ VIII), đó là Gyerchen Nangzher Lodpo, đệ tử của Tapihrinsa, người đầu tiên giới thiệu truyền thống giáo lý Dzogchen ở Tây Tạng. Hơn nữa, họ khẳng định đó là vị thầy của Bon, Shenrab Miwoche, là người thầy tối cao đầu tiên của Dzogchen. Thật ra, cổ nhất ở đây đã hiện hữu giáo lý của chuỗi Dzogchen (ở Trung Á) được biết là “ Bon của Tâm Viên Mãn.” [45] Vì vậy, họ kết luận việc giảng dạy Dzogchen phải hiện hữu trước vị Thầy Tối Thượng Garab Dorje xuất hiện trong đất nước Uddiyana. Nhưng một số học giả có quan điểm giới hạn, chính ý niệm giảng dạy Dzogchen có thể hiện hữu trước thời kỳ Garab Dorje là ý niệm không thể chấp nhận. Vì vậy, chắc chắn vị thầy tối thượng Garab Dorje (thật sự là một hình tượng lịch sử) ngài đã thật sự dạy và trình bày nhiều giáo lý Dzogchen, phần lớn những Tantra, Agama, Upadesha thâm sâu và bao la của Ati hiện nay vẫn còn tồn tại và được duy trì trong truyền thống Nyingmapa. Những giáo lý xác thực của Garab Dorje này được biết là Ba Bộ Dzogchen đã trích dẫn đầy đủ ở trên.

Tuy nhiên, (cũng trong truyền thống Nyingmapa), việc nghĩ giáo lý Dzogchen không tồn tại trước thời kỳ Garab Dorje là không phù hợp. Thậm chí trước sự tái sinh của vị thầy tối thượng này, giáo lý Dzogchen chưa từng dùng hết và vì thế không có sự biến mất (khỏi thế gian). Theo Tantra Dzogchen đã xuất hiện Mười Hai Vị Tổ Dzogchen trong thế giới chúng ta.[47] Người xuất hiện sớm nhất trong số họ

đa số vào lúc mới bắt đầu của thế giới chúng ta, thậm chí trước sự xuất hiện của vị Thầy của Bon, Shenrab Miwoche (người đã xuất hiện ở Olmo Lung-ring). Vì lịch sử của giáo lý Dzogchen được hiển lộ bởi 12 vị Tổ này (từ Tantra Dzogchen), nên ám chỉ chúng đã hiện hữu từ xưa thậm chí trước cả sự giảng dạy Dzogchen của Shenrab Miwoche.[48]

Sau đó, trong thế kỷ thứ tám ở thời đại chúng ta, vị tổ vĩ đại Padmasambhava đã trình bày chi tiết mười bảy Tantra Bí Mật Tối thượng của Dzogchen Nyingthig [49] cho chủ nhân của các Dakini, bao gồm Yeshe Tsogyal công chúa Tây Tạng từ Kharchen clan [50]. Cùng với *kLong-gsal*, và với những hướng dẫn bí mật, những giáo lý bổ sung [51], những bản văn này gồm mười tám bản văn (đại diện cho những Tantra Gốc của Chuỗi Dzogchen Upadesha). Vì thế, Padmasambhava cùng với công chúa xứ Kharchen thấy Upadesha quá bao la, mặt khác chính vị Tổ vĩ đại này đã hiển lộ Upadesha Cô Động trong dạng luận thư của ngài, viết chúng riêng ra và soạn thảo bản mục lục liệt kê chúng.

Kế tiếp, vào thời gian sau, con gái của vua Tisong Detsan, Lhacham Padmasal chết vào lúc tám tuổi, vị Tổ vĩ đại đã vẽ chữ NRI bằng mực đỏ lên ngực của xác cô. Bằng năng lực huyền diệu của ngài, ngài gọi lại tâm thức cô [56] và làm cô sống lại, sau đó ban quán đảnh *gSang-ba mkha'*-*'gro snying-thig* và ban quán đảnh tên bí mật của Padma Letreltsal.[57] Ngài đặt một tráp chứa bản văn *mKha'*-*'gro snying-thig* trên đỉnh đầu cô gái trẻ, ngài nói rõ mong ước chân thành: “Vào thời sau, mong con gặp lại giáo lý này của ta, và cầu cho chúng làm lợi ích chúng sanh”.

Sau đó, ngài dấu những Tantra này, là Upadesha rất bao la,[58] (mười tám tantra đã nhắc đến ở trên) như một kho tàng tại một tảng đá giống sư tử ở Bumthang[59] (Bhutan) ; và ngài dấu Tantra Cô Động thâm sâu [60] tại Danglung Tramograg [61] ở Dwagpo (miền Nam Tây Tạng). Những thế kỷ sau, nhà sư Tsultrim Dorje được nhận là tái sanh của công chúa Lhacham Padmasal. Sau đó được biết là Padma Letreltsal, ngài đã sở hữu bản mục lục những tàng thư chôn dấu. Ngài đã rút tàng thư *mKha'*-*'gro snying-thig* từ Danglung Tramodrag ở Dwagpo và sau đó tạo ra giáo lý Nying-Thig được truyền bá rộng rãi. (Sau này, những bản văn còn lại của vòng này được tìm thấy ở Bumthang bởi vị tái sanh nổi tiếng và là người kế thừa của ngài là Longchen Rabjampa.

Ngoài ra, đại sư Vimalamitra giảng dạy những hướng dẫn thâm sâu về Nyingthig cho Nyang Tingdzin Zangpo.[64] Không có một đệ tử thích hợp nào vào lúc đó, ngài chôn dấu kinh văn tại Gegung ở Chimphu [65] gần Tu Viện Samye. Sau đó Ngài Vimalamitra khởi hành đến núi Ngũ Đài Sơn (Wu-tai Shan) [núi năm đỉnh] ở Trung Quốc. Khi ngài 55 tuổi, Nyang Tingdzin Zangpo xây dựng cung điện Zhwai Lhakang tại Uru [66] và chôn dấu những kinh văn hướng dẫn ở đó (là những Tantra Giải Thích) [67], mà ngài đã nhận được từ Vimalamitra trong khe hở giữa những cây cột trên cánh cửa. Tuy nhiên, Ngài truyền dòng ‘nghe’ [68] cho đệ tử Dro Rinchenbar của ngài [69]. Lần lượt, Dro Rinchenbar truyền cho Be Lodro Wangchug;

[70] và lần lượt truyền, giải thích chúng cho huynh trưởng Dangma Lungyal. [71] Phù hợp với tiên tri của Zhwai Gonpo [72] (đó là, từ bốn tôn bảo hộ Damchan Dorje Legpa được Nyang Tingdzin Zangpo giao phó bảo vệ cung điện), Dangma Lungyal phát hiện kinh văn Terma chôn dấu ở đây. Ngài lần lượt truyền chúng cho Chetsun Senge Wangchug. [73] Sau đó, Chetsun thấy linh kiến xuất hiện thực sự Thân Ánh Sáng của Vimalamitra, [74] và khoảng thời gian vài năm ngài dựa vào linh kiến này (phát hiện và nhận giáo lý Nyingthig được biết là *lCe-betsun snying-thig*. Vì vậy, ngài cho bản hướng dẫn để tìm tòi thư cất dấu tại Chimphu. Ngài trích tàng thư sâu xa này và thực hành chúng trong 125 năm, tự ngài chứng minh phương pháp xuất hiện Thân Ánh Sáng. Tất cả những điều này cho biết rõ trong Dzogchen Nyingthig.

Trước đó, bậc đại Vidyadhara Vimalamitra soạn thảo, chất lọc tinh túy của Dzogchen Nyingthig thành năm bộ [76] của bản văn viết tay: “Những Chữ Vàng” (*gSer yig-can*), “Những Chữ Đồng” (*Zang yig-can*) “Những Chữ Nhiều Màu” (*Phra yig-can*) “Những Chữ Vỏ Sò” (*Dung yig-can*) và “Những Chữ Lam Ngọc” (*gYu yig-can*). Bản văn quan trọng nhất được viết trong số chúng bởi chính Ngài Vimalamitra là “Những Chữ Vàng” và trong sưu tập này, bản văn quan trọng nhất là *rDo-rje'i tshig gsum*, “Ba Bài Kệ Vajra”, đại diện cho Bản Chúc Thư Cuối Cùng [77] của vị thầy Dzogchen Tối Cao: Garab Dorje. Bản văn này là một trong Bốn Giáo Lý Được Ban Sau Khi Các Bậc Vidyadhara Viên Tịch [78]. Bốn Giáo Lý này như sau:

1. *Tshig gsum gnad du brdeg-pa*, “Ba Trình Bày Đánh Vào Những Điểm Trọng Yếu” (hay “Ba Bài Kệ Vajra”), Bản Chúc Thư Cuối của Vị Thầy Tối Cao Garab Dorje ;
2. *sGom nyams drug-pa*, “Sáu Kinh Nghiệm Thiền định”, Bản Chúc Thư Cuối của Tổ Manjushrimitra;
3. *gNyer-bu bdun-pa*, “Bảy Móng Tay”, Bản Chúc Thư Cuối của Tổ Shrisimha;
4. *bzhags thabs bzhi-pa*, “Bốn Phương Pháp Thiết Lập Sự Thể Nhập”, Bản Chúc Thư Cuối của Tổ Jnanasutra. Thu thập những bản văn này được biết là *Rig-'dzin gyi 'das-rjes rnam-pa bzhi*, “Bốn Giáo Lý Ban Sau Khi Viên Tịch của các bậc Vidyadhara”.

“Ba Bài Kệ Vajra” hiện thân cho tinh hoa cuộc sống của tất cả giáo lý Dzogchen và xa hơn, nó đại diện sự giác ngộ tuyệt đối những điểm trọng yếu của Pháp thâm sâu (Dzogchen). [80] Vì thế, với những đệ tử chân thành sùng tín giáo lý Dzogchen, cần biết bản văn này chứa Upadesha thật sự đặc biệt phải được giữ cẩn thận tận đáy lòng của hành giả.

Nhân dịp giới thiệu quyển sách này, *Những Chữ Vàng*, Vajranatha (John Myrdhin Reynolds), không chỉ là một học giả nghiên cứu và nhà phiên dịch, mà là một hành giả (ngakpa) chân thành tận tụy thực hành thực sự Yoga Dzogchen Nguyên Sơ, đã phiên dịch bản văn gốc của Garab Dorje từ Tạng ngữ sang Anh ngữ. Bản dịch này chắc chắn gia tăng phần cát tường của thiện nghiệp cho những đệ tử mong ước

thiết tha Yoga Dzogchen. Tôi sung sướng về điều này, và cùng với sự rải hoa dâng lễ tạ ơn, tôi chân thành cầu cho bản văn này, bộc lộ trái tim thực sự của giáo lý xóa đi bóng tối trí tuệ của đệ tử và trở thành một nguyên nhân vĩ đại cho hạnh phúc và lợi ích của vô số chúng sanh.

Ngài Chogyal Namkhai Norbu viết tại Merigar vào ngày mùng 8 tháng 3 năm con cừu sắt (1991), do John Myrdhin Reynolds dịch.

LỜI GIỚI THIỆU

BẢN GỐC NGUYÊN THỦY CỦA DZOGCHEN

Học phái Nyingmapa bảo tồn những truyền thống cổ nhất của Phật giáo Đại Thừa ở Tây Tạng và đã được vị tổ tantric Guru Padmasambhava ở Uddiyana thiết lập trong thế kỷ thứ VIII ở thời đại chúng ta, tu sĩ học giả Ấn Độ và viện trưởng tu viện Shantirakshita, và vị vua Tây Tạng Tisong Detsan. Trong truyền thống Nyingmapa này Dzogchen được nói là đại diện cho giáo lý tinh túy của Đức Phật. Thuật ngữ Tây Tạng Dzogchen (*rdzogs-pa chen-po*, Phạn. *mahasandhi*) thường phiên dịch sang Anh ngữ là Đại Viên Mãn. Giáo lý này được gọi như vậy vì nó viên mãn và đầy đủ (*rdzog-pa*) trong tự nó, không thiếu không dư và không gì cao hơn và lớn hơn nó (*chen-po*).

Vì nó được xem là kết quả cuối cùng của tất cả các thừa trước (Phạn.yana), hay con đường đến giác ngộ thấy trong hệ thống Sutra và Tantra (Hiển giáo và Mật giáo), nó cũng được biết là *Atiyoga*, yoga tối thượng. Tuy nhiên, hiện nay được giải nghĩa như một biến thể của thuật ngữ Phạn Adiyoga (*gdog-ma'i rnal-'byor*), “Yoga Nguyên Sơ”. Thuật ngữ sau ám chỉ đến cái thực sự là Đại Viên Mãn: Trạng Thái Nguyên Sơ của cá nhân. Trạng thái thanh tịnh nguyên sơ của sự tự giác ngộ này tiêu biểu đồng thời cho Nền Tảng, Con Đường và Kết Quả (*gzhi lam bras-bu gsum*), thực sự là trạng thái Phật Tính sẵn có được biết là Bồ Đề Tâm. Vượt lên tất cả thời gian và điều kiện, trạng thái này tại tâm của mỗi chúng sanh. Trong quan điểm này, những Lama của Nyingmapa không xem Dzogchen như một hệ thống của niềm tin hay là một hệ thống khẳng định triết học, hay một sưu tập những kinh văn hoặc một số phụ phái hay trường phái. Hơn nữa, Dzogchen ám chỉ hướng dẫn trực tiếp để an trú trong Trạng Thái Nguyên Sơ của giác ngộ hay Phật Tánh đã từng hiện diện từ lúc khởi đầu giống như thái dương trong bầu trời, thậm chí dù khuôn mặt sáng rực của nó bị che phủ bởi những đám mây vô minh (*ma rig-pa*, Phạn.avidya) [1].

Thực ra qua lịch sử Tây Tạng, hành giả của Dzogchen không bị hạn chế nghiêm khắc với học phái Nyingmapa. Ngoài ra, hệ thống Dzogchen giống trong ý nghĩa nhưng dòng phái độc lập, được thấy bảo tồn trong truyền thống Bonpo của Tây Tạng cụ thể là truyền thống khẩu truyền từ Zhang-zhung (*zhang-zhung snyan rgyud*) [2]. Nói chung trong quan điểm của hành giả Dzogchen có thể thuộc bất cứ học phái Tây Tạng nào, hoặc Đạo Phật hay Đạo Bonpo, mục tiêu tối hậu của con đường tâm linh là nhận ra tức thời Phật Tánh nội tại này trong phạm vi cuộc sống hàng ngày

của hành giả, hơn là thiết lập một học phái triết học khác. Sự nhận ra đó được biết là Đại Viên Mãn.

Theo truyền thống Nyingmapa của Tây Tạng, Garab Dorje (Phạn. Prahevajra) [3] là vị thầy bằng xương bằng thịt đầu tiên của giáo lý Dzogchen. Chúng ta nói là người vì, một cách truyền thống; Dzogchen được nói trước đó dạy cho chúng sanh không phải con người trong một chiều không gian khác. Thật ra, hành tinh chúng ta là một trong mười ba hành tinh được truyền bá giáo lý Dzogchen [4]. Ngoài ra, Garab Dorje được nói không phải sanh ở Ấn Độ mà sanh ở đất nước biến mất đã lâu là Uddiyana (*O-rgyan*) nằm khoảng vùng tây bắc Ấn Độ, ngày nay có thể là Pakistan hoặc Afghanistan. Garab Dorje tiếp nhận giáo huấn Dzogchen (bka, “bằng lời”) trực tiếp từ Vajrasattva (Kim Cương Tát Đỏa), khía cạnh Báo Thân của Đức Phật, trong khi cái trước trong trạng thái vượt lên ý thức. Vajrasattva (*rDo-rje sems-dpa'*) không phải là một biểu hiện lịch sử của Đức Phật, mà hơn thế, Ngài đại diện nguyên lý giác ngộ của Đức Phật vượt khỏi luân hồi (Phạn, samsara), vượt lên mọi lịch sử và thời gian. Thế nên, trong thuật ngữ của truyền thống sự khải huyền của Phật Pháp không giới hạn trong cuộc đời lịch sử của Đức Phật Thích Ca Mâu Ni (Shakyamuni) cũng được biết với tên ngài là Siddhartha Gautama, người đã sống ở phía bắc Ấn Độ trong thế kỷ thứ VI trước công nguyên (hoặc sớm hơn, theo tính toán niên đại của Tây Tạng). Vajrasattva không chỉ là một vị Phật trong hàng loạt các Đức Phật, mà Ngài là nguyên mẫu của vĩnh cửu, hiện hữu vượt lên không gian và thời gian trần tục, cư trú tại trung tâm mandala của tất cả hiện hữu. Từ Ngài lưu xuất ra tất cả những Đức Phật lịch sử hoặc Hóa Thân đã xuất hiện từ thời này qua thời khác xuyên suốt lịch sử của hành tinh chúng ta. Trong nghĩa này, Garab Dorje cũng được xem như một lưu xuất của Vajrasattva, và, thực tế trong truyền thống Nyingmapa ngài được gọi là Tulku (*sprul-sku*) hay Hóa Thân, nghĩa là “thân lưu xuất”. [5]

Theo truyền thống giải thích, vào lúc khởi đầu lúc Vajrasattva trực tiếp nhận trao truyền Dzogchen, hay Ati yoga, từ Adi Phật (A ĐỀ PHẬT), tức Phật Phổ Hiền Nguyên Thủy (*Kuntu bzang-po*) [Samantabhadra], là khía cạnh Pháp Thân tối thượng của Phật Tánh. Như vậy, Samantabhadra vượt lên nhận thức của trí tuệ có giới hạn và những diễn tả chỉ bằng lời và dấu hiệu không bị giới hạn và tỏa khắp giống như không gian vô tận. Vajrasattva tiếp nhận giáo lý từ Samantabhadra trực tiếp theo cách tâm truyền tâm, đó là nhận thức thời không một lời được nói ra. Điều này đại diện Tâm Truyền hay tâm truyền tâm trực tiếp của Chư Phật (*rgyal-ba dgongs brgyud*). Trong cách kỳ diệu và mâu nhiệm này giáo lý xuất hiện tự nhiên ra ngoài tuyệt đối, khi biểu hiện mức độ Pháp Thân, hình thành sự xuất hiện trên bình diện Báo Thân. Nhưng tất cả điều này xảy ra trong trạng thái thanh tịnh hoàn toàn, không nhiễm ô bởi bất cứ những giới hạn hay ngăn che nào, hoặc tâm linh, trí tuệ, hay vật chất. Lần lượt, Vajrasattva khía cạnh vĩnh cửu phi thời gian của Phật Tánh qua phương tiện biểu tượng chỉ một vài chữ trung gian truyền đạt giáo huấn Dzogchen

đến những cá thể trang nghiêm, cả hai nhân loại và thần thánh, được biết là các bậc Vidvadhara (*rig-'dzin*) “Người đã giác ngộ trí tuệ của trạng thái Bốn Nhiên”. Thoạt tiên, điều này xảy ra trong những thế giới và những chiều hiện hữu trên và vượt lên thế giới con người. Giữa những bậc Vidvadhara không phải con người là Garab Dorje trong sự tái sinh thần thánh trước đó. Tiến trình này đại diện cho biểu tượng trao truyền đến các Vidvadhara (*rig-'dzin brda brgyud*).

Với sự hiện hữu trước như Deva hay chư thiên trong cõi trời giữa những tinh tú, sau đó, dưới hoàn cảnh kì diệu, những yếu tố bao gồm một nhận thức tinh khiết và một sinh ra trong sạch của một Phật Mẫu [6], Garab Dorje tái sinh trên trái đất trong nước Uddiyana, Vì vậy, Ngài đại diện cho một Nirmanakaya (Hóa thân), hay khía cạnh lịch sử của Phật Tánh. Mặc dù nguyên lý của Phật Tánh trong bản thân nó là phi thường và thần thánh. Báo thân Phật (Sambhogakaya) tiếp tục lưu xuất vô số hóa thân Phật tái sinh như con người trên trái đất trong lịch sử và thời gian để cứu nhân loại khỏi ngục tù luân hồi bằng phương tiện của Giáo Pháp dẫn họ đến giải thoát và giác ngộ. Trong giai đoạn xuất hiện trang nghiêm và hoạt động của Ngài, Garab Dorje trao truyền giáo lý Dzogchen cho những đệ tử Dakini khác nhau (cả hai con người và không phải con người) [7], và đặc biệt phần lớn cho đệ tử chánh của người là học giả Manjushrimitra. Ngài làm điều này một cách trực giác và biểu tượng, chủ yếu hoàn tất chúng theo cách giải nghĩa bằng lời. Manjushrimitra lần lượt truyền giáo huấn cho đệ tử chính là Shrisimha, và sau đó trong những cơ hội khác ban chúng cho Jnanasutra, Vimalamitra, Padmasambhava, và dịch giả Tây Tạng Vairochana. Quá trình này tiến hành xuống từ Garab Dorje, đại diện cho sự trao truyền miệng (khẩu truyền) cho nhiều người khác nhau (*gang-zag snyan brgyud*). Vì vậy chúng ta có ba dạng trao truyền chánh về giáo huấn Dzogchen : trực tiếp, biểu tượng, và khẩu truyền.

VỊ TRÍ CỦA DZOGCHEN TRONG GIÁO LÝ ĐẠO PHẬT

Nyingmapa “Cổ Mật” gồm học phái cổ nhất của Phật giáo ở Tây Tạng và theo thực hành Tantra Cổ, được phiên dịch trong thời gian đầu truyền bá Giáo Pháp (*snga dar*) từ thế kỉ thứ 7 đến thứ 9. Trong quan điểm của các Lama thuộc truyền thống Nyingmapa, Dzogchen đại diện giáo lý xác thực của Đức Phật. Đó là *Buddhavachana* “Chữ của Đức Phật” nhưng Chữ này hay Biểu Tượng (*bka'*) rút ra không nhiều từ Đức Phật lịch sử Shakyamuni như một điển hình siêu xuất lịch sử phi thường, Vajrasattva, qua sự thiền quán của Garab Dorje. Nhưng làm thế nào những giáo huấn này liên hệ với giáo lý truyền thống nổi tiếng của đức Phật ?

Tất cả các học phái của Phật Giáo Tây Tạng thỏa thuận rằng giáo lý của Đức Phật có thể xếp loại thành Trikaya, hay Ba Thừa đến giác ngộ (*theg-pa gsum*). Đó là Hinayana, Mahayana và Vajrayana. Tuy nhiên phái Nyingmapa phân loại tử mĩ ba

bậc này thành những hệ thống phân loại đặc biệt của riêng họ là có chín thừa dẫn đến giác ngộ (*theg-pa rim dgu*).

Hinayana (*theg-pa dman-pa*), hay Tiểu Thừa, theo Nyingmapa gồm hai thừa riêng biệt : (1) Thanh Văn Thừa (Shravakayana) (*nyan-thos kyi theg-pa*) “Thừa của Thanh Văn hay các Đệ Tử” và (2) Pratyekabuddhayana (*rang sangs-rgyas kyi theg-pa*) “Thừa của các vị Phật Độc Giác”.

Tất cả những giáo lý Tiểu Thừa này gắn liền với sự rèn luyện nâng cao hơn về ba mặt đạo đức, thiền định và trí tuệ. Mục tiêu của con đường rèn luyện này là đạt được trạng thái của một A La Hán, hay một vị thánh viên mãn, “Người đánh bại và cắt bỏ tất cả các đam mê bất tịnh” con đường này được phác họa trong kinh điển lưu trữ trong học phái Hinayana, cụ thể là Sutra (Kinh : *mdo*) hay những bài giảng triết học của đức Phật, và Vinaya (*dul-ba*: Luật) hay những kỷ luật tu viện. Một Shravaka (nguyên nghĩa là một Thanh Văn) khác với Phật Độc Giác là họ trước tiên phải nghe giảng pháp từ người khác, một Phật Độc Giác, từ bỏ tất cả mọi tiếp xúc với nhân loại để sống cô đơn tuyệt đối; phát hiện giáo lý trên chính họ. Tuy nhiên, mức độ giác ngộ của họ như nhau Mahayana (*theg-pa chen-po*), hay Đại Thừa, được biết như thừa thứ ba dẫn đến giác ngộ theo sự phân loại của Nyingmapa, cụ thể là (3) Bồ Tát Thừa (*byang-chub semp-dpa'i theg-pa*, thừa các Bồ Tát).

Giáo lý Đại Thừa này, trong đó Đức Phật bộc lộ tự tánh vốn có của tất cả hiện tượng là shunyata (không tánh, hư không, không có hình thể, thiếu tự tánh hay hiện hữu) thấy trong kinh điển hay những bài giảng triết học của Đức Phật lưu giữ trong học phái Mahayana. Ở đây hành giả được gọi là một Bồ Tát (*byang-chub sems-dpa'*) có thể nói là một cá nhân anh hùng (*sems-dpa'*) hướng đến việc đạt được giác ngộ của một vị Phật. Họ tìm giải thoát từ luân hồi, không chỉ cho riêng họ, mà lợi ích cho tất cả chúng sanh và giải thoát họ khỏi những kinh nghiệm đau khổ trong luân hồi. Mục tiêu ở đây không giống A La Hán, người chỉ quan tâm đến giải thoát cho riêng họ mà vì sự hoàn tất Phật tánh. Chỉ có đức Phật mới có thể đem giải thoát cho tất cả chúng sanh trong vũ trụ. Nền tảng hay căn bản (*gzhi*) của Đại Thừa là Phật tánh nguyên thủy sẵn có trong mỗi chúng sanh. Điều này gọi là Tathagatagarbha (*de-bzhin gshegs-pa'i snying-po*) (Như Lai Tạng), một thuật ngữ có nghĩa là phôi thai hay hạt giống (chủng tử) [*sning-po*, Phạn garbha] của một vị Phật tương lai hay Tathaga (*de-bzin gshegs-pa*: Như Lai). Con đường (*lam*) của Đại Thừa bao gồm sự thực hành sáu hoàn thiện (*pha-rol tu phyin-pa'i drug*) [sáu viên mãn] trong vô số kiếp trải dài qua vô số chu kỳ thời gian. Sáu viên mãn này là rộng lượng (*sbyin-pa* : bố thí), trì giới (*tshul-khrims*), kiên nhẫn (*bzog-pa*), tinh tấn (*btson-'grus*), thiền định (*bsam-gtan*), và trí huệ (*shes-rab*), vì con đường có sáu hoàn thiện, nên đại thừa cũng được biết là paramitayana hay Thừa của sự hoàn thiện. Mục tiêu hay Quả (*'bras-bu*) của Đại thừa là nhận ra hai thân của Đức Phật, cụ thể là Rupakaya (*grzug-sku*) hay Sắc thân và Dharmakaya (*Chos-sku*) hay Pháp thân. Sự thực hành năm hoàn thiện đầu đại diện cho sự tích lũy công đức (*bsod-nams Kyi tshogs*) lên

đến cực điểm trong sự giác ngộ của Rupakaya. Sắc thân này vì thế chỉ duy nhất cho mỗi cá nhân Phật, vì sự giác ngộ tùy thuộc vào hành động và giới nguyện của cá nhân đó khi trên con đường như một Bồ Tát. Mặt khác, Pháp thân được nhận biết qua sự tích lũy trí tuệ. Pháp thân thì tương tự cho tất cả những ai nhận ra Phật Tánh. Vì giáo lý giải thích những nguyên lý của Đại thừa được tìm thấy trong kinh hay những bài giảng bắt nguồn từ Đỉnh Chim Kên Kên và ở nơi khác, con đường này cũng được biết là hệ thống kinh điển (*mdo lugs*). Vì mỗi giai đoạn phát triển tâm linh của hành giả xác định đặc tính của nó (*mtshan-nyid*), nó cũng được biết như Lakshanayana (*mtshan – nyid*), hay Thừa Xác Định Đặc Tính. Và vì Kinh nói Phật Tánh có một nhân, (*rgyu phan hetu*) cụ thể là Như Lai Tạng, Đại Thừa còn được biết thêm là Hetuyana (*rgyu’I theg-pa*), Hay Thừa Nguyên Nhân. Cả hai Tiểu và Đại Thừa được hiển lộ 2500 năm trước ở Bắc Ấn Độ do Đức Phật Lịch sử Shakyamuni.

Kim Cang Thừa (*rdo-rje theg-pa*) hay Thừa giống Kim Cang, được chia nhỏ thành 6 bộ Tantra trong hệ thống Nyingmapa và mỗi một bộ đều độc lập và đủ để giác ngộ, cụ thể Kriya Tantra, Charya Tantra, Yoga Tantra, Maha Yoga Tantra, Anuyoga Tantra và Atiyoga Tantra. Được gọi là Kim Cang vì bản chất nguyên thủy sẵn có của cá nhân giống như kim cương (*rdo-rje* Phạn Vajra) bất hoại, bất biến, trong suốt. Giáo lý của Kim Cang Thừa thấy trong những kinh văn mật truyền được biết là Tantra (*rgyud*). Vì Tantra đề cập đến sự biến đổi năng lượng, và năng lượng biểu hiện như âm thanh, và âm thanh sử dụng theo cách này gọi là Mantra. Con đường của Tantra này cũng được biết là Mantrayana và là hệ thống Mantra (*sngags lug*). Những học thuyết mật truyền tìm thấy trong đó được biết là Mantra bí mật (*gsang sngags*).

Mặc dù việc tiếp cận của hệ thống Kinh Điển và Mantra không mâu thuẫn, hệ thống Mantra được xem là cao hơn và bao gồm trong nó là hệ thống Sutra thấp hơn. Tuy nhiên, hệ thống Mantra hay Kim Cang Thừa, khác với Đại Thừa Hiển Giáo trong bốn con đường chánh: (I) sự thực hành Tantra dễ thực hiện hơn và yêu cầu không khắt khe; (II) kết quả nhanh hơn, hành giả có thể đạt được giải thoát trong một đời; (III) Tantra bao gồm một số lượng lớn hơn và nhiều phương pháp khác nhau thích hợp với các cá nhân khác nhau; và (IV) trong thực hành Tantra cần sự thông tuệ, thấu suốt mãnh liệt hơn.

Có 3 bộ Tantra được xem là thấp nên được biết là Tantra Ngoại (*phyi rgyud*): Kriya Tantra, Charya Tantra và Yoga Tantra.

(4) Kriya Tantrayana (*bya-ba’i rgyud kyi theg-pa*), “Thừa của Kriya Tantra”, nhấn mạnh sự thực hiện những nghi thức bên ngoài. Thuật ngữ Phạn *kriya* (*bya-ba*) trong bản văn này có nghĩa là những hoạt động nghi thức.

(5) Charya Tantrayana (*spyod-pa’I rgyud kyi theg-pa*), “Thừa của Charya Tantra” nhấn mạnh đến nghi thức bên ngoài và thiền định bên trong (nội quán) ngang nhau. Thuật ngữ Phạn *Carya* (*spyod-pa*) trong mạch văn có nghĩa “hành vi”

hay “ứng xử”. Charya Tantra cũng được biết như Upaya Tantra, thuật ngữ Phạn Upaya (*thaps*) là “phương pháp” do đó nó nối kết hai Kriya Tantra và Yoga Tantra. Trái lại hoạt động của nó lại giống như Kriya Tantra, mà quan điểm lại giống Yoga Tantra . Trong Thừa này và Thừa trước, hành giả quán tưởng bốn tôn (*yi-dam*) trong bầu trời phía trước và cầu nguyện Ngài gia hộ cảm hứng và trí tuệ. Trong trường hợp của Kriya Tantra, điều này được làm theo cách của một người đầy tớ tiếp cận với chủ của mình và thái độ tương tự như sự sùng kính tôn giáo thông thường. Trong trường hợp của Chariya Tantra, điều này được làm theo cách một người bạn thỉnh cầu một người bạn thân, giống như thái độ sùng kính huyền nhiệm.

(6) Yoga Tantrayana (*rnal-'byor gyi rgyud kyi theg-pa*) “Thừa của Yaga Tantra”, ở đây Yoga (*rnal –'byor*) có nghĩa “hợp nhất” hay “hòa nhập”. Trong Yoga Tantra , như hai Thừa trước, hành giả bắt đầu bằng việc quán tưởng bốn tôn trong không gian phía trước , cầu thỉnh sự gia hộ cảm hứng và trí tuệ của Ngài trong cùng một cách. Nhưng sau đó hành giả đi vào một hợp nhất huyền diệu với bốn tôn bằng cách tự mình hòa nhập vào trạng thái không tánh (thực nghiệm của hành giả) và kể đó, tái xuất hiện trong một thân ánh sáng thanh tịnh thành bốn tôn thực sự trong thiền định của hành giả, kinh nghiệm này được biết là niềm tự hào thánh hoá (*lha'i nga-rgyal*). Vì thế, hành giả nhận ra trong bản thân mình có tất cả phẩm tính và biểu trưng của chính bốn tôn đó (9). Phương pháp thực hiện trong những Tantra Ngoại này rất chính xác và phức tạp vì thế chúng đại diện chánh yếu cho con đường tịnh hoá (*sbyong-lam*). Tantra này được nói do Vajrasattva một dạng điển hình của Chư Phật hiển lộ.

Kế tiếp là ba bộ Tantra Cao Hơn, cũng được biết là Tantra Nội (*nang rgyud*) : Mahayaga, Anuyoga và Atiyoga. Tantra Cao Hơn được nói do Đức Phật Nguyên Sơ Samantabhadra hiển lộ. Trong thuật ngữ của Tantra cao hơn này, nền tảng hay căn bản của Kim Cang Thừa là thân người. Con đường của Kim Cang Thừa là thực hành tiến trình phát sanh (*bskyed-rim, Phạn- Utpattikrama*) và thực hành tiến trình hoàn thiện (*rdzog-rim, Phạn-Sampannakrama*). Trong giai đoạn tiến trình phát sanh, hành giả quán tưởng bản thân mình như tướng thiêng liêng của bốn tôn và môi trường của hành giả như tịnh thổ của Mandala bốn tôn đó; là phạm vi và thời gian của bốn tôn. Bằng phương tiện của tiến trình phát sanh này hành giả tịnh hóa khuynh hướng tái sanh trong dục giới (*Phạn kamadhatu*) , đó là, trong sáu con đường của tái sanh thuộc Cõi Thiên, Atula hay người khổng lồ, cõi người , súc sanh, ngạ quỷ hay quỷ đói và là cư dân của địa ngục nóng hay lạnh. Trong giai đoạn của tiến trình hoàn thiện (viên mãn), hành giả quán tưởng những kinh mạch của thân thể (*rtsa-ba*) và những năng lượng vật chất (*rlung*) trong cơ thể của hành giả như bốn tôn. Ở đây, những năng lượng bất tịnh của cảm xúc (*nyon-myongs pa'i rlung, Phạn. klesa vayu*) được tịnh hoá và chuyển thành năng lượng thanh tịnh của trí huệ (*ye-shes kyi rlung, Phạn jnana vayu*). Bằng phương tiện của tiến trình sau này, khuynh hướng tái sanh trong sắc giới (*Phạn rupadhatu*) thuộc về cõi thiên trường thọ của những hành tinh có tâm linh cao

hơn sẽ được tịnh hoá. Như đã mô tả trong Tantra, Vajrayana là con đường của các Đại Thành Tựu Giả, hay Đại Tinh Thông, đại diện một tiến trình tinh luyện thật sự; trong đó năng lượng nền tảng của cảm xúc được chuyển hoá trong kinh mạch của thân vật chất và thân vi tế thành chất trường sinh của giác tánh bản nhiên hay trí huệ (*ye-she*, Phạn *jnana*). Đây là chất tinh luyện trường sinh ban cho cuộc sống vĩnh cửu. Vì vậy không cần thiết từ bỏ và đè nén cảm xúc, như trong thực hành của hệ thống Giáo Tông. Phương pháp đặc biệt cho hệ thống Giáo Tông là con đường của sự từ bỏ (*spong lam*), trái lại phương pháp đặc biệt cho Mật Tông là chuyển hóa (*sgyur-ba*) năng lượng. Vì lý do này, bản văn nói về Tantra là con đường của sự chuyển hóa (*sgyur lam*).

Mục tiêu hay kết quả của Vajrayana là sự nhận ra Ba Thân Phật hay Trikaya (*sku gsum*). Ở đây Sắc Thân là hai phần Sambhogakaya (*longs-sku*) [Báo Thân], là Thân của Hỷ Lạc Viên Mãn xuất hiện trong Akanishta (*'og-min*), [Trời Sắc Cứu Cánh] là hành tinh hiện hữu cao nhất, và [2] Nirmanakaya (*sprul sku*) [Hóa Thân] tức Thân Lưu Xuất, biểu hiện trên vật chất và trong hành tinh thiên thể có thời gian và lịch sử [10]. Trái lại Sambhogakaya chỉ biểu hiện cho cái thấy của những sinh linh có tâm thức tiến hóa cao, các Đại Bồ Tát.

Nirmanakaya xuất hiện đến vô số chúng sanh khắp vũ trụ mà cái thấy của chúng sanh này vẫn bất tịnh và bị ngăn che bởi cảm xúc và trí huệ giới hạn của họ. Tuy nhiên, vì Kết Quả này hoàn toàn hiện diện trong cá nhân từ nguyên thủy nên Vajrayana được nói là chứa sẵn quả vì thế được gọi là Phalayana (*'bras-bu'i theg-pa*), hay Thừa Kết Quả.

[7] Mahayoga Tantrayana (*rnal-'byor chen-po'i theg-pa*) “Thừa Của Đại Hợp Nhất” nhấn mạnh đến tiến trình phát sinh hay Utpattikrama (*bkskyed-rim*). Điều này rất tỉ mỉ và liên quan đến sự quán tưởng bốn tôn và Mandala. Mahayoga được chia thành Bộ Tantra (*rgyud-sde*) và Bộ Sadhana (*sgrub-sde*). Trong Mahayoga phổ thông tương ứng với Anuttara Tantra của những học phái Phật Giáo Tây Tạng mới hơn, và đặc biệt trong Tantra Cha (*pha rgyud*), nhấn mạnh đến khía cạnh nam của giác ngộ.

Anuyoga Tantrayana (*rjes su rnal-'byor gyi theg-pa*) “Thừa của sự Hợp Nhất Cao Hơn” nhấn mạnh đến tiến trình viên mãn hay Sampannakrama (*rdzog-rim*). Sự tương ứng này trong nhiều cách với Bộ Tantra Mẹ (*ma rgyud*) của Anuttara Tantra nhấn mạnh khía cạnh nữ của giác ngộ. Tuy nhiên, không giống như Anuttara Tantra, Anuyoga có hai cách hay hai phương pháp quán tưởng riêng biệt: dần dần và tức thời. Trong Anuyoga cũng thấy sự quán tưởng tỉ mỉ các bốn tôn và mandala, nhưng ở đây nhấn mạnh hơn việc thực hành của Yoga mật truyền đặt trên các kinh mạch thân thể và năng lượng (*rtsa-lung*).

Đúng hơn trong hệ thống Tantra, sau khi hòa nhập quán tưởng trở lại trong trạng thái của tánh không, thoát khỏi sự xuất hiện nguyên thủy của nó vào lúc bắt đầu của tiến trình chuyển hóa tantric, sau đó hành giả đi vào trạng thái thiền định (*mnyam-bzhag*, Phạn *samahita*). Trong Anuttara Tantra của những học phái mới hơn,

trạng thái này được biết là Mahamudra (*phyag-rgya chen-po*) “Đại Biểu Tượng”. Tuy nhiên, trong hệ thống Anuyoga giai đoạn này đại diện cho kết quả cuối cùng của tiến trình chuyển hóa được biết là Dzogchen. Một số bản văn rất cổ chứng minh điều này chỉ rõ trong giai đoạn đầu Dzogchen được biết ở vị trí vượt lên tiến trình phát sanh (*b skyed-rim*) và tiến trình viên mãn (*rdzog-rim*) là một trạng thái Dzogchen hay hoàn toàn viên mãn .

(9) Atiyoga Tantrayana (*shintu rnal-'byor gyi theg-pa*) “Thừa của sự Hợp Nhất Tuyệt Đối” hoặc được biết là Dzogchen hay Đại Viên Mãn. Trong hệ thống Nyingmapa , thừa thứ 9 được biết là Dzogchen hay Atiyoga, được xếp loại như một Tantra. Tuy nhiên Dzogchen cũng hiện hữu trên những giới hạn của riêng nó, độc lập với những phương pháp của Tantra. Ở đây sự thực hành của nó không đòi hỏi bất cứ quá trình chuyển hóa đầu tiên nào thành một bản tôn an trú trong phạm vi thanh tịnh của một mandala, như trường hợp của Mahayoga hay Anuyoga. Hơn nữa, sự thực hành Dzogchen bắt đầu với trạng thái thiền định. Vì thế, Dzogchen được phân loại như một thừa trên sự mô tả của riêng nó, và không chỉ là trạng thái kết thúc của tiến trình chuyển hóa, ví dụ như Mahamudra. Trong hệ thống Nyingmapa, Dzogchen được xem là đỉnh cao nhất (*yang rtse*) đạt được bởi tất cả con đường tâm linh và là kết quả cuối cùng của tất cả các thừa hay yoga trước đó.

Dzogchen có một phương pháp luận khiến phân biệt nó với những thừa khác, và nó không chỉ là một sự mở rộng hay sự tiếp nối của hệ thống Tantra. Phương pháp chung của hệ thống Sutra là con đường của sự từ bỏ, là thí dụ tiêu biểu bằng việc thực hành những giới nguyện đã thọ, phương pháp chung của Tantra Thấp là con đường tịnh hóa tiêu biểu bằng nhiều loại thực hành tẩy trừ nghiệp kiến bất tịnh, và phương pháp chung của Tantra cao hơn là con đường của sự chuyển hóa, tiêu biểu bằng tiến trình chuyển hóa tự thân hành giả cả nội và ngoại thành bản tôn trong phạm vi thanh tịnh của mandala bản tôn đó. Ở đây, trong Tantra cao hơn, nghiệp kiến bất tịnh (*ma dag las snang*) gây đau khổ cho chúng sanh vô minh bình thường không chỉ được tẩy tịnh mà thực sự chuyển hóa thành kiến thanh tịnh (*dag snang*) của trí huệ và thấu suốt của một sinh linh giác ngộ. Cái thấy bình thường của thế gian không còn nữa, mà là cái thấy thanh tịnh của bản tôn và mandala. Âm thanh bình thường của thế gian không còn bình thường mà là âm thanh thanh tịnh của mantra, những niệm tưởng và ký ức thông thường của tâm thức hành giả không còn bình thường mà là thiền định thanh tịnh của một sinh linh giác ngộ hay Đức Phật. Tuy nhiên phương pháp chung của Dzogchen không phải là sự chuyển hóa, mà là con đường của sự tự giải thoát (*grol lam*), và trong bản văn này đó là điều duy nhất.

Tất cả những phương pháp thực hành này thấy trong Ba Thừa hay trong hệ thống phân loại Chín Thừa, hoàn toàn khác biệt về mặt tiếp cận của họ với con đường tâm linh. Điều này có thể thấy trong sự so sánh của cây có độc. Dạng hành giả đầu tiên đi theo phương pháp của Tiểu Thừa cố gắng tránh những cây có độc ngăn chặn trên con đường của mình. Cách tiếp cận này đại diện cho con đường từ

bỏ. Dạng thứ hai của hành giả đi theo phương pháp của Mahayana Sutra [Đại Thừa Hiển Giáo] và Tantra cấp thấp, cố gắng áp dụng giải các chất độc của cây gậy trên con đường. Cách tiếp cận này đại diện cho con đường tịnh hóa. Sự giải độc phổ quát với những chất độc thế gian là sự thiền định về Tánh Không, tức sự trống rỗng của mọi hiện tượng. Dạng thứ ba của hành giả đi theo Tantra cấp cao hơn, cố gắng tinh luyện chuyển hóa chất độc thấy trong cây thành cam lồ trí huệ hay giác ngộ tỉnh giác. Cách tiếp cận thứ ba này đại diện cho con đường chuyển hóa. Cây độc này biểu tượng cho tất cả phiền não và bất thiện hành hạ tâm thức chúng sanh trong luân hồi. Nhưng không có phương pháp đại diện thích hợp với Dzogchen. Hành giả Dzogchen không cố tránh hay áp dụng một giải độc hoặc chuyển hóa chất độc này. Trong Dzogchen không có gì để từ bỏ và không có gì để chuyển hóa, nói đúng hơn Dzogchen có phương pháp riêng gọi là tự giải thoát (*rang grol*) ở đó, trong thực hành thiền định của cá nhân, ý niệm tự giải thoát như khi nó khởi lên. Bản văn phiên dịch sau đây đề cập đến phương pháp cuối này gọi là con đường của sự tự giải thoát

BA BỘ GIÁO LÝ DZOGCHEN

Về mặt con đường, có ba bộ giáo lý (*rdzog-chen sde gsum*) đã được phân loại tạo thành bản văn nguyên thủy của Dzogchen. Bộ đầu tiên là Semde, hay Bộ Tâm (*sems sde, Phạn citta-varga*), ở đây từ Tâm [*sems*] không chỉ liên quan tiến trình tư duy thông thường của con người, hiện hữu trong nguyên nhân có điều kiện và thời gian trước đó, mà còn với bản thể của tâm (*sems-nyid*) hiện hữu vượt lên thời gian và điều kiện. Trong bản văn Dzogchen semde bản tâm này thường được gọi là Bồ Đề Tâm (*byang-chu kyi sems*). Ý nghĩa của Bồ Đề Tâm trong mạch văn này liên quan đến trạng thái Nguyên Sơ của cá nhân, vì thế hoàn toàn khác trong những bản văn thuộc hệ thống Giáo Tông (*Sutra*). Nhưng trên toàn thể, giáo lý Dzogchen semde cung cấp một tiếp cận thông tuệ hơn, một giải thích từng bước về việc làm thế nào đi vào trạng thái thiền định (*rig-pa*). Sự giải thích này tương tự như đã thấy trong hệ thống Mahamudra của Gampopa nổi bật trong học phái Kagyudpa. Trong cả hai trường hợp, sự thực hành chia thành bốn giai đoạn gọi là yoga (*rnal-'byor bzhi*) [11]. Bản văn còn tồn tại của Bộ Dzogchen Semde truyền ở Tây Tạng là do dịch giả Vairochana và tổ Vimalamitra.

Thứ hai là Longde hay Bộ Không Gian (*Klong-sde Phạn abhyantara-varga*) ở đó mọi sự được tiếp cận để thiền định trực tiếp, tức thời và thoáng hơn. Nguyên nghĩa klong có nghĩa “một không gian rộng mở bao la”. Bốn giai đoạn trong thực hành Longde được biết là bốn dấu hiệu (*brda bzhi*), điều này xảy ra cùng lúc nhanh hơn việc một cách tuần tự như bốn giai đoạn yoga trong Semde. Bản văn hiện còn của Dzogchen Longde truyền ở Tây Tạng bởi dịch giả Vairochana, đặc biệt trong

giáo huấn Cầu Vajra (*rdo rje Zam-pa*). Vairochana đã nhận được trao truyền Longde và Semde ở Ấn Độ từ Tổ Dzogchen là Shri Simha.

Thứ ba là giáo lý phi thường của Bộ Upadesha, hay Bộ Hướng Dẫn Bí Mật (*man-ngag gi sde Phạn Upadesa-varga*). Giáo lý này cho rằng hành giả hoàn toàn biết cách đi vào trạng thái thiền định, và cho nhiều khai thị thực tế về nhiều phương pháp để tiếp nối trong trạng thái thiền định. Những giáo lý này được biết là Nying-thig (*snying-thig Phạn citta tilaka*), từ *snying-po* [tâm] và *thig-le* [tinh túy] (12). Giáo lý Nying-thig, đầu tiên được Guru Padmasambhava và Đại Hiền Triết Vimalamitra truyền ở Tây Tạng, cả hai trước đó cùng là đệ tử của Shri Simha ở Ấn Độ. Cả hai bản văn được dịch ở đây thuộc giáo lý của Bộ Upadesha.

Từ quan điểm của giáo lý Nying-thig, trạng thái nguyên sơ của cá nhân, giác tánh sẵn có của chúng sanh được xem là thanh tịnh nguyên thủy và tự viên mãn tự nhiên (*lhun-grub*). Hai khía cạnh của trạng thái này nhận ra trong hai phân chia giáo lý và thực hành của Nying-thig, cụ thể là Thekchod và Thodgal. Thuật ngữ Thekchod (*khregs-chod*) nguyên nghĩa là “cắt lia sự bó buộc” cũng như người tiêu phu cắt đứt những sợi dây bó củi mà ông ta đã đem từ rừng về. Trong trường hợp của cá nhân, cái bó này là tất cả cảm xúc của con người và sự căng thẳng, cố chấp đã giam giữ đã giam giữ con người trong hang động tự mình tạo ra và ngăn che con người nhận ra sự tự tại bên trong của mình. Điểm chánh trong Thekchod là buông xả tất cả những căng thẳng của thân, ngữ, ý đã ngăn che Phật tánh sẵn có trong chúng ta, đã hiện diện từ nguyên thủy như một Nền (*ye gzhi*). Trong thực hành Thekchod hành giả đặt vào một trạng thái không xao lãng trong một lúc từ cái thấy thanh tịnh nguyên sơ của bản tánh sẵn có của mình. Như Tổ Garab Dorje nói “bất cứ những gì sản sanh trong tâm thì không chướng ngại giống như mây trong bầu trời. Hiểu được ý nghĩa của sự đồng nhất hoàn toàn của tất cả hiện tượng (về mặt tinh túy của nó là tánh Không), sau đó hành giả đi vào trạng thái thiền định này mà không đi theo chúng, đây là thiền định thực sự”. Qua thực hành Thekchod, hành giả đi đến một hiểu biết và hoàn toàn quen thuộc với trạng thái của thiền định.

Kế tiếp qua thực hành Thodgal, hành giả phát triển trạng thái thiền định này qua cái thấy trung đạo. Thuật ngữ Thodgal (*thod-rgal Phạn vyutkrantaka*) nguyên nghĩa “trực tiếp” (*thod-rgal du*), trong ý nghĩa một chuyển tiếp đột ngột và tức thời từ một vị trí nào đó sang nơi khác, không có sự ngắt quãng của thời gian. Do đó, một số chúng có thể dịch như “nhảy vượt qua” nhưng thật sự chúng đột ngột hơn. Và cũng ở đây, khi chúng ta nói “kiến” (*snang-pa*), chúng ta không nói về quán tưởng (*dmig-pa*) chẳng hạn, được dùng nhiều trong Tantra. Quán tưởng là một tiến trình liên quan đến hoạt động của tâm thức. Tuy nhiên, với Thekchod, chúng ta đi vào một phạm vi vượt lên tâm thức, và, với Thodgal, người ta tiếp tục trong sự trực tiếp này. Hơn là việc quán tưởng tạo ra bởi tâm thức, chúng ta đang nói về một sự hợp nhất với cái thấy, với bất cứ những gì xuất hiện đồng thời với cái thấy khi hành giả trong trạng thái thiền định. Vì thế, sự thiền định thành thạo qua thực hành Thekchod

là một điều kiện tiên quyết trực tiếp cho thực hành Thodgal. Mặt khác, có những nguy hiểm xảy ra trong cái thấy của hành giả, và bị xao lãng bởi chúng, tin rằng chúng là đối tượng thực sự. Thật ra, nó đúng là một bám chấp về nghiệp kiến bất tịnh của hành giả và trước hết làm họ tái sinh trong luân hồi.

Trái lại, nguyên lý của Thekchod là tất cả mọi sự đều thanh tịnh từ nguyên thủy, nguyên lý của Thodgal là sự tự viên mãn tự nhiên của chúng. Tương phản lại, phương pháp của Tantra là chuyển hóa nghiệp kiến bất tịnh của con người (như là chính chúng ta kinh nghiệm vào lúc chúng ta hiện hữu) thành cái thấy thanh tịnh, làm thế nào để giác ngộ khi thấy thế giới bên ngoài. Vì vậy, hành giả quán tưởng tự thân mình như một bốn tôn trong phạm vi thanh tịnh của mandala, và qua thực hành tụng niệm sadhana trong nhập thất, hành giả làm cho kinh nghiệm này trở thành điều hiện thực và cụ thể. Tuy nhiên, trong Dzogchen không có sự chuyển hóa hiện tượng bất tịnh thành thanh tịnh, vì bất cứ hiện tượng nào có thể biểu hiện với giác quan đều viên mãn như chính chúng là. Chúng viên mãn tự nhiên (*lhun rdzogs*) vì chúng biểu hiện cho bản tâm (*sems-nyid kyi snang-ba*) của khả năng năng lượng vô hạn (*rtsal*) của tâm. Trong giáo lý Dzogchen, bản tâm (tính chất của tâm) giống như một tấm gương, và hiện tượng giống như sự phản chiếu thấy trong gương. Dù sự phản chiếu này thiện hay bất thiện, đẹp hay xấu, tịnh hay bất tịnh, cũng không làm thay đổi hay giới hạn tính chất của gương. Nó cũng cùng tính chất với tâm của chúng ta.

Kết quả tối hậu của thực hành Thodgal là nhận ra Thân Ánh Sáng Cầu Vòng (*'ja-lus*), hành giả không còn trải qua tiến trình sanh tử. Tất cả các vị tổ ban đầu của truyền thống Dzogchen tại Ấn Độ; vào lúc cuối sự nghiệp giáo huấn cho thế gian, đều biểu hiện Thân Ánh Sáng này (*'od lus*). Những vị Tổ đó là Garab Dorje, Shrisimha và Jnanasutra, sau khi hòa tan thân vật chất thô của họ thành năng lượng ánh sáng thanh tịnh (một tiến trình được biết là *ru-log*, hay “sự đảo ngược” ở đó những nguyên tố vật chất của thân xác hòa tan thành ánh sáng có màu sắc tương ứng). Kế đó, tái xuất hiện trong bầu trời dưới thân ánh sáng để ban chúc thư cuối (*zhal' chens*) trên những đệ tử lão thành tôn kính họ. Như là chúc thư cuối ban trong những bài kệ ngắn gọn, súc tích tâm yếu giáo lý của vị thầy đã giác ngộ trong kinh nghiệm cá nhân của Ngài. Đây là một Upadesha, không phải một phô bày có tính hàn lâm (giải thích có tính giáo dục). Nghe được những giáo huấn này, đệ tử tức thời đạt được trí huệ thâm sâu bao la tương đương với vị thầy đó. Những chúc thư cuối này được biết là những giáo lý ban sau khi viên tịch của các bậc Vidyadhara (*Rig-'dzin gyi' das-rjes*). Trong trường hợp của Garab Dorje, chúc thư cuối, giáo lý ban sau khi viên tịch (*'Das rjes*), được biết là “Ba Trình Bày Đánh vào những Điểm Trọng Yếu (*Tshig gsum gnad du brdeg-pa*). Trong Dzogchen, điểm trọng yếu là trạng thái thiền định, đó là, trạng thái tỉnh giác nội tại tức thời”. [13]

Theo truyền thống Nyingmapa, ý nghĩa cốt lõi của toàn bộ sưu tập giáo lý Dzogchen bắt nguồn từ chính Phật Adi Samantabhadra và gồm 64.000.000 bài kệ trong Tantra, Agama và Upadesha thấy trong ba trình bày súc tích này. Có một số

lượng lớn những bộ do những vị tổ sau này của truyền thống Nyingmapa luận giảng mang tính giáo dục chi tiết về ba trình bày này, và hiện nay một bản văn được biết rộng rãi trong những hành giả Dzogchen Tây Tạng là bản văn của tổ Dzogchen, Dza Patrul Rinpoche (1808-1887) ở thế kỷ 19 dưới tựa đề *mKhas-pa shri rgyal-po'I khyad chos* “Giáo Lý Đặc Biệt của Vua Trí Huệ và Vinh Quang”. Việc dịch cả hai bản văn gốc và tính tự luận giảng của nó sẽ thấy sau đây. Điều này theo sau bản dịch khác, theo truyền thống, đại diện thực sự cho chúc thư cuối của tổ Garab Dorje. Bản văn này thấy trong bộ sưu tập dưới tiêu đề *Bi-ma snying-thig* soạn vào thế kỷ 14 bởi vị tổ Dzogchen và là học giả nổi tiếng Longchen Rabjampa (1308-1363). Một trong những mục tiêu chính của hai bản văn này là cung cấp cho hành giả một hướng dẫn trực tiếp (*ngon sprod*) đến Dzogchen , Trạng Thái Nguyên Sơ.

PHẦN MỘT

BA TRÌNH BÀY ĐÁNH VÀO NHỮNG ĐIỂM TRỌNG YẾU

Tshig gsum gnad du brdeg-pa

I. NGO RANG THOG TU SPRAD

II. THAG GCIG THOG TU BCAD

III. GDENG GROL THOG TU BCA'

HÀNH GIẢ ĐƯỢC HƯỚNG DẪN TRỰC TIẾP VÀO BẢN THỂ MÌNH

HÀNH GIẢ QUYẾT ĐỊNH DỨT KHOÁT TRÊN TRẠNG THÁI DUY NHẤT NÀY

HÀNH GIẢ DUY TRÌ TRỰC TIẾP NIỀM TIN TRONG GIẢI THOÁT

MỘT LUẬN GIẢNG NGẮN VỀ BA TRÌNH BÀY CỦA GARAB DORJE

Do Ngài H.H Dudjom Rinboche.

1. Về phần hướng dẫn trực tiếp vào bản thể của con người: sự tỉnh giác tức thời mới mẻ của hiện tiền, vượt lên tất cả niệm tưởng liên quan đến ba thời, tự thân nó là sự tỉnh giác nguyên thủy hay trí huệ (*ye-shes*) đó là tự tỉnh giác nội tại nguyên thủy (*rig-pa*). Đây là hướng dẫn trực tiếp vào bản thể hành giả.
2. Về phần quyết định dứt khoát trên trạng thái duy nhất: bất cứ hiện tượng luân hồi hay niết bàn nào có thể xuất hiện, tất cả chúng đại diện cho vai trò của năng lượng sáng tạo hay khả năng Tỉnh Giác nội tại tức thời của hành giả (*rig-pa'i rtsal*). Vì không có gì vượt hơn điều này, hành giả tiếp tục trong trạng thái của Tỉnh Giác duy nhất và đơn độc này. Vì vậy phải quyết định rõ ràng trên trạng thái duy nhất này cho chính mình và biết rằng không có hiện hữu nào hơn điều đó.
3. Về phần duy trì trực tiếp niềm tin vào giải thoát: bất cứ niệm tưởng thô hay tế có thể khởi lên, chỉ bằng việc nhận ra tính chất của chúng, chúng xuất hiện và tự giải thoát cùng lúc trong sự rộng mở bao la của Pháp Thân, ở đó Tánh Không và Tỉnh Giác (không thể tách biệt). Do đó hành giả phải duy trì trực tiếp niềm tin vào sự giải thoát.

Vajranatha dịch
Baudnath, Nepal, 1978

GIÁO LÝ ĐẶC BIỆT CỦA VUA TRÍ HUỆ VÀ VINH QUANG

Do Ngài Patrul Rinpoche

BẢN VĂN GỐC

Quy kính Đạo Sư

Kiến là Longchen Rabjampa “đại rộng mở bao la vô hạn”
Thiền là Khyentse Odzer “ánh sáng của trí huệ và từ bi”
Hành là Gyalwe Nyugu “mầm tươi mới của Chư Phật tương lai”
Bất cứ ai thực hành tha thiết theo cách này
Chắc chắn sẽ đạt được Phật Tánh chỉ trong một đời không cần cố gắng
Và ngay cả nếu không hoàn tất thực hành, tâm thức của hành giả sẽ chắc chắn hưởng hạnh phúc.

A-la-la.

I.

Về phần cái thấy của Longchen Rabjampa (đại rộng mở bao la vô hạn)
Hiện hữu ba trình bày đánh vào những điểm trọng yếu thực sự (của việc thực hành)

Trước tiên hành giả đặt tâm vào tràng thái buông lỏng,
Không niệm, không tán loạn cũng khọng tập trung chúng,
Trong điều kiện này, một trạng thái cân bằng và hoàn toàn buông lỏng
Đột nhiên bật ra âm PHAT! Đánh vào niệm tưởng khởi lên;
Mạnh mẽ và tức thời.

EMAHO (kỳ diệu thay)!

Chẳng còn gì khác an trụ, ngoại trừ một tỉnh giác sắc bén ngay nhiên
Sự tỉnh giác ngay nhiên này xuyên suốt nhanh chóng
Không gì xuất hiện làm cản trở nó, nó không thể mô tả!
Hành giả phải nhận ra điều này như một Tỉnh Giác nội tại tức thời mà tự thân nó là Dharmakaya (Pháp Thân).

Hướng dẫn trực tiếp này vào bản thể hành giả là điểm trọng yếu trước tiên.

II.

Niệm tưởng hoặc gia tăng, hay an trụ trong trạng thái tĩnh lặng, điều này hoàn toàn vô sự.

Hoặc khởi lên tham dục, giận dữ, hạnh phúc hay buồn phiền;

Vào tất cả mọi lúc, mọi dịp,

Hành giả phải nắm giữ sự nhận ra của Pháp Thân đã nhận ra trước đó.

Hợp nhất Thanh Tịnh Quang Mẹ và Con,

Hành giả phải tự đặt mình vào trạng thái Tỉnh Giác không thể mô tả

Hoặc khởi lên kinh nghiệm của trạng thái an định, hay cảm giác thoải mái, hoặc trong suốt, hay không tập trung, hãy lập lại việc đập vỡ chúng.

Phát âm chủng tự PHAT đột ngột mạnh mẽ này! Đó là sự hợp nhất phương tiện thiện xảo và trí huệ.

Do đó sẽ không có khác biệt giữa trạng thái thiền định và những gì nhận ra kế tiếp

Và không có sự phân biệt giữa thời thiền và không thiền (sau đó)

Hành giả nên tiếp tục duy trì trạng thái không thể tách biệt

Tuy nhiên, nếu hành giả không thể đạt được ổn định trong đó;

Nên từ bỏ tất cả thú vui thế gian, là điều quan trọng để thiền định.

Và phân chia sự thực hành của mình thành những thời riêng biệt vào mọi lúc và từng trường hợp.

Hành giả nên tiếp tục trong trạng thái của Pháp Thân duy nhất này.

Thế nên, nhận ra nhanh chóng trạng thái duy nhất này là điểm trọng yếu thứ hai.

III

Vào lúc đó, bất cứ tham dục hay ganh ghét, hạnh phúc hay đau khổ, bất cứ những niệm lan man nào có thể khởi lên đột ngột .

(Trong lúc duy trì) trong trạng thái nhận ra chúng, hành giả không đi theo chúng.

Và hành giả nắm giữ việc nhận ra Pháp Thân trong khía cạnh giải thoát.

Sau đó, ví dụ như vẽ tranh trên nước

Không có gián đoạn giữa niệm tưởng tự khởi và tự tan biến

Vì thế, bất cứ gì xuất hiện trong tâm trở thành thực phẩm cho Giác Tánh trống rỗng không che giấu.

Bất cứ khi nào di chuyển (hay niệm khởi), chúng đại diện cho vua năng lượng sáng tạo là Pháp Thân

Không để lại dấu vết, những niệm này tự tịnh hóa.

A-la-la

Cách chúng xuất hiện sẽ giống như trước đó

Nhưng điểm trọng yếu quan trọng đặc biệt là cách chúng (niệm tưởng và kinh nghiệm) được giải thoát

Không có điều sau này, thiên định sẽ chỉ đại diện cho con đường ảo giác sai lạc

Nhưng nếu hành giả sở hữu điểm trọng yếu này, thì phi thiên định là trạng thái thực sự của Pháp Thân.

Thế nên duy trì trực tiếp niềm tin vào sự tự giải thoát là điểm trọng yếu thứ ba;

Sự thiên định kết nối trí huệ và từ bi

Cũng như hành vi nói chung là Con của Các Đấng Chiến Thắng, hành động như người bạn (với kiến và hỗ trợ đó)

Ngay cả nếu tất cả Chư Phật của Ba Thời cùng nhau thảo luận

Cũng không có giáo lý nào cao hơn.

Năng lượng sáng tạo của Giác Tánh nội tại là kho tàng của các vị thầy của Pháp Thân

Đem kho tàng này ra ngoài trí huệ rộng mở bao la

Nhưng điều này không giống như rút quặng từ đá trong lòng đất

Hơn nữa nó đại diện cho chúc thư cuối cùng của chính Garab Dorje

Là tinh hoa tâm linh của ba dòng trao truyền.

Và phải được đưa vào trong tim của hành giả và niêm lại

Ý nghĩa của nó thâm sâu và được nối từ trái tim.

Nó đại diện khai thị chân thành của tôi, là điểm trọng yếu của thực nghĩa.

Điểm trọng yếu của thực nghĩa này không nên để biến mất

Và cũng không để hương dẫn bí mật này bị xúc phạm

Đây là “Giáo Lý Đặc Biệt Của Vua Trí Huệ và Quang Vinh”

LUẬN GIẢNG (1)*

Mở đầu

Quy kính Đạo Sư Gốc Nhân Từ của tôi, Ngài sở hữu lòng từ vô song. Tôi sẽ giải thích ở đây một ít về phương pháp thực hành kết hợp với những điểm trọng yếu đại diện cho kiến, thiên, hành.

Trước tiên, vì Đạo Sư của tôi trong toàn hóa thân tinh hoa của Ngài hòa nhập hoàn toàn với Tam Bảo, vì vậy thực hành quy kính với Ngài Đồng thời với tất cả các nguồn quy y. Do đó (trong bản văn gốc nói) “Quy Kính Đạo Sư” (2)

Ngoài ra về phần ý nghĩa thực, tôi phải giải thích ở đây (liên quan đến những dòng sau): nếu hành giả thực hành chân thành trước tiên bắt đầu nhận thức tất cả các Guru của hành giả, vừa Guru Gốc vừa tất cả các Guru của dòng truyền mà hành giả đã nhận, trong thực tế, không thể tách biệt trong tâm hành giả. Vậy tất cả ba, kiến, thiên và hành đều bao gồm và hàm chứa trong thực hành. Vì thế tôi phải giải thích ở đây rằng kiến, thiên, hành tương ứng chính xác với thực nghĩa của tên những vị thầy riêng tôi, cả Guru Gốc và Guru của dòng truyền.

Trước hết, cái thấy là giác tánh của chúng ta, vô số các biểu hiện xảy ra trong Luân Hồi và Niết Bàn, cho dù nhiều bao nhiêu tất cả chúng đều viên mãn (từ nguyên thủy) với sự rộng mở bao la của Tathagatagarbha, mà tự thân nó là Dharmadhatu (Pháp Giới) tự do với tất cả nhận thức vi tế. Do đó, vì có sự hiện hữu một giác tánh của thực nghĩa này, trong bản văn gốc nói : “Kiến là Longchen Rajampa” (tên này có nghĩa là Sự Đại Rộng Mở Bao La Vô Hạn).

Kế đó, tôn kính cái thấy này, trong bản chất nó thoát khỏi mọi việc dựa trên khái niệm vi tế (hay nói khác đi; kiến) được thiết lập một cách hệ thống hóa bằng phương tiện trí huệ phân biệt (Phạn. Prajna) và thiền quán (Phạn. Vipassyana) trên khía cạnh của trí huệ và tánh không, và sau đó (về mặt khác) nó an trụ tương tục (đều đặn) và tập trung một điểm trong thiền định, ở đó nó không thể tách biệt sự hợp nhất phương tiện thiện xảo và thiền chỉ (Phạn. Samatha), và vì vậy điều này đại diện cho phương diện Đại từ bi. Vì có sự hiện hữu ở đây sự thiền định này nối kết tánh không và từ bi, do đó trong bản văn nói “Thiền là “Khyentse Odzer””, nguyên nghĩa là “Ánh sáng của trí huệ và lòng bi”.

Kế tiếp, lúc hành giả trong trạng thái sở hữu kiến và thiền ngang nhau, hành giả bắt đầu thực hành chân thành sáu viên mãn vì lợi ích cho người khác tương ứng thích hợp với phương pháp của Bồ Tát, người đại diện cho những mầm tươi mới (sẽ phát triển thành) các vị Phật tương lai. Vì đây là hành vi và cách ứng xử (đang được nói được), trong bản văn nói “Hành là Gyalwe Nyugu” (nguyên nghĩa Mầm Mới Của Chư Phật tương lai”).

Cá nhân có kiến, thiền, hành như vậy, thực hành chân thành, được mô tả như người sở hữu kho tàng thiện. Vì thế bản văn nói “Bất cứ ai thực hành chân thành theo cách này...”(4). Hơn nữa, dựa trên việc ẩn cư tách biệt (như vị trí thực hành nhập thất), nếu hành giả có thể từ bỏ những hoạt động thế gian và thực hành chuyên nhất, kế đó trong đời này hành giả sẽ giải thoát thành Nền nguyên thủy thanh tịnh từ lúc ban đầu. Do đó trong bản văn nói ”... sẽ chắc chắn đạt được Phật tánh trong một đời không cần nỗ lực”.

Tương tự, dù hành giả không thành tựu điều này, chỉ cần chuyển tâm hướng đến kiến, thiền hành như vậy, kế đó ngay trong đời này, hành giả sẽ nhận thức được tất cả những điều kiện bất thiện (đang được chuyển hóa) như đem hành giả tiến xa trên con đường; và mặc dù vẫn duy trì sự thu hút với những hoạt động hàng ngày trong sự sống, hành giả sẽ không phát sinh những nhu cầu và lo nghĩ, và sau này (trong tái sinh tương lai), hành giả sẽ đi từ hạnh phúc này sang hạnh phúc khác. Cho nên trong bản văn nói “ và dù hành giả không thành tựu kết quả của thực hành, tâm hành giả sẽ hưởng hạnh phúc. A-la-la”

Điểm trong yếu thứ nhất

Bây giờ tôi sẽ giải thích từng bước những lợi ích khi sở hữu kiến, thiền, hành (đã trích dẫn trên). Trước tiên tôi muốn giải thích rộng rãi phương pháp thực hành

cái thấy. Vì vậy trong bản văn nói “về phần cái thấy của Longchen Ragjampa (Sự Đại Rộng Mở Bao La Vô Hạn)”(5)

Hơn nữa, bằng con đường hướng dẫn bí mật thực tế gắn liền với ba trình bày đánh vào những điểm trọng yếu này của thực hành, hành giả cắt bỏ gốc rễ những sở hữu rất quan trọng bởi ảo giác. Vì thế, trong bản văn nói “có ba trình bày đánh vào những điểm trọng yếu thực sự của việc thực hành”.

Trước hết đó là phương pháp hướng dẫn cá nhân đến cái thấy mà trước đó chưa được hướng dẫn. Một cách tổng quát, theo Lakshanayana, hành giả thiết lập cái thấy một cách hệ thống hóa bằng phương tiện của những truyền thống kinh điển có thẩm quyền khác nhau và bằng nguyên nhân. Ngoài ra, theo sự tiếp cận thông thường của hệ thống Mantra Bí Mật, dựa trên tri kiến của thí dụ trong lần quán đánh thứ ba, hành giả được hướng dẫn vào trí huệ thực sự của giác tánh nguyên sơ trong lần quán đánh thứ tư. Có nhiều hệ thống cho điều này. Tuy vậy, ở đây các phương pháp của các Guru Thần Thánh của Dòng Thành Tựu được giới thiệu trực tiếp (bản tâm) bằng con đường hòa nhập tất cả các hoạt động tâm linh.

Hơn nữa, vào lúc những làn sóng hỗn loạn, rối ren của những vọng niệm (làm choáng váng người ta), những niệm thô, lan man chạy theo đối tượng sẽ ngăn che khuôn mặt thực của tâm. Do đó, dù hành giả đã được hướng dẫn trước đó về nó, sẽ không nhận ra (bản tâm). Vì lý do này, hành giả trước tiên để những niệm lan man, thô, trở nên trong sáng (để ổn định tâm). Vì vậy, trong bản văn nói “Trước tiên, hành giả đặt tâm mình vào trạng thái buông lỏng...” [6]

Tuy nhiên, tâm của hành giả, khi nó đơn giản được ổn định, không nỗ lực thay đổi, trong tự thân nó trở thành trí huệ hay Tĩnh Giác nguyên thủy đó là Thanh Tịnh Quang. Vì điều kiện tự nhiên của hành giả không thể hiểu bằng con đường của tiến trình các khái niệm giả tạo, để hành giả có thể chỉ rõ cho chính mình Giác Tánh Nguyên Sơ tự sanh không theo con đường giả tạo hay được tính toán, trong bản văn nói (hành giả nên duy trì) “không niệm, không xao lãng cũng như không tập trung chúng”.

Khi cá nhân chỉ là người mới bắt đầu, dù tâm có thể tiếp tục trong trạng thái ổn định tự nhiên, hay như một phần của trạng thái tĩnh lặng, sẽ không thể vượt lên tình trạng bám chấp vào kinh nghiệm (xuất hiện trong thiền định), như cảm giác thoải mái, trong sáng và sự vắng bật niệm tưởng. Do đó, trong bản văn nói (hành giả nên làm) “trong điều kiện này, một trạng thái thăng bằng và hoàn toàn buông lỏng”

Để giải thoát khỏi bao phủ của bám chấp với những kinh nghiệm (đã trích dẫn ở trên) như vậy, và để bộc lộ điều kiện tự nhiên không trang hoàng của giác tánh nội tại không che đậy không bị ngăn che bởi bất cứ gì khởi lên, trong bản văn nói hành giả nên “đột ngột phát âm chữ PHAT đánh vào niệm (khởi lên)” [7].

Điều này ngăn chặn dòng chảy của niệm tưởng, và, vì nó là sự quyết định quan trọng để phá vỡ sự thiền định của hành giả, đã được chủ tâm tạo tác bằng hoạt

động tâm thức, cần thiết phát âm PHAT, mạnh mẽ và đột ngột. Vì vậy trong bản văn nói: "...Một cách mạnh mẽ và đột ngột. Kỳ diệu thay!"

Và nó là lúc hành giả thoát khỏi tất cả niệm tưởng, khái niệm như việc nghĩ "Đây là một niệm" hay "Đây là tâm" mà thật ra hành giả đã được giải thoát. Vì thế, trong bản văn nói "Không còn gì, chỉ có một Tỉnh Giác sắc bén kinh ngạc".

Trong trạng thái của Pháp Thân này, thoát khỏi tất cả tư duy, khái niệm, chỉ còn lại Giác Tánh thấu suốt trực tiếp không che đậy như chính nó là, một trí huệ tỉnh giác nguyên sơ vượt lên tâm thức (đó là vượt lên tất cả hoạt động tâm thức. Vì thế, trong bản văn nói: "Sự tỉnh giác ngạc nhiên này thấu suốt trực tiếp".

Ngoài ra; nó thấu suốt trực tiếp trong cách này vì nó vượt lên tất cả giới hạn (và nhị nguyên), như sáng tạo và hủy diệt, hiện hữu và không hiện hữu v.v.. Trạng thái tự hiện hữu này vượt lên tất cả đối tượng của tư duy và tất cả nỗ lực của ngữ, tâm, đại diện điểm trọng yếu của một giác tánh nguyên sơ không thể diễn tả hay trí huệ. Vì thế, trong bản văn nói "không có gì xuất hiện làm cản trở nó, nó là sự không thể mô tả.

Thực nghĩa của điểm trọng yếu này là sự tỉnh giác nội tại tức thời còn lại như Nền Tảng mà thực ra là chính Pháp Thân. Và vì sự thanh tịnh nguyên thủy trống rỗng tất cả khái niệm vi tế, là cái thấy chân thực đúng đắn thộc con đường của các Yogin, cho đến khi hành giả nhận ra chính điều này (Tỉnh giác nội tại tức thời) ngay cả dù hành giả có thể thực hành và thiền định tương tục, sẽ không vượt qua Kiến, Thiền chỉ do những hoạt động của trí thông minh giả tạo của hành giả. Thế nên kiến và thiền sẽ như cách xa với con đường thực sự của Đại Viên Mãn như trái đất trong bầu trời. Và trong chúng (kiến và thiền này) sẽ không hiện hữu điểm trọng yếu của vòng thực hành Thanh Tịnh Quang, thực tế đó là phi thiền định. Vì vậy nó là điều quan trọng chủ yếu được nhận ra trước tiên (Giác Tánh nội tại). Cho nên, bản văn nói "hành giả phải nhận ra điều này như sự tỉnh giác nội tại tức thời đó chính là Pháp Thân" [8].

Thực nghĩa của điều này là trình bày đầu tiên của ba trình bày đánh vào những điểm trọng yếu. Nếu không có sự hướng dẫn trực tiếp (tới giác tánh nội tại tức thời) bằng phương tiện của cái thấy sẽ không có nguyên nhân để tiếp tục trong trạng thái (của giác tánh) bằng phương tiện của thiền định. Vì vậy rất quan trọng để được hướng dẫn vào cái thấy ngay từ khởi đầu. Hơn nữa, một khi được hướng dẫn vào giác tánh nguyên sơ này (trí huệ) nó tự hiện hữu và hiện diện trong chính bản thân hành giả (ngay từ khởi thủy) không thể tìm thấy ở bên ngoài hành giả. Vì đây không phải là một vật chất phát sanh trong tâm thức mà chưa từng hiện hữu trước đó, trong bản văn nói "Sự hướng dẫn vào bản thể của hành giả là điểm trọng yếu thứ nhất".

Điểm Trọng Yếu Thứ Hai

Bây giờ tôi sẽ giải thích rộng rãi phương pháp thực hành thiền định (9). Nếu hành giả đặt tâm vào trạng thái thiền định cũng giống như dòng chảy liên tục của

một con sông, và vào tất cả thời gian còn lại không cố gắng tạo ra hay ngăn lại hoặc phát triển tư duy làm bình lặng chúng, đây là sự đại diện cho Thật Tánh của Pháp Thân (10). Khi niệm bắt đầu phát triển gia tăng, hành giả chỉ nên tiếp tục trong trạng thái này của năng lượng sáng tạo sẵn có hay khả năng của tính giác nguyên thủy. Thế nên, trong bản văn nói “cho dù niệm tưởng gia tăng hay an trụ trong trạng thái tĩnh lặng, đều vô sự”.

Ngoài ra, từ sức mạnh của năng lượng sáng tạo hay khả năng của tư tưởng trong tâm thức khởi lên những xúc cảm khác nhau như sân hận, tham dục, đại diện cho Sự Thật của Sự Khởi Đầu, cũng như tạo tác cảm giác như hạnh phúc hay đau khổ, đại diện cho Sự Thật của Đau Khổ (Khổ Đế). Tuy nhiên, nếu hành giả nhận ra tự tánh của tất cả những niệm lan man là chính Pháp Thân, nhờ đó chúng sẽ chuyển thành trạng thái của Pháp Thân. Vì vậy trong bản văn nói (hành giả nên duy trì trong sự tĩnh giác liên tục này) “Dù có khởi lên tham dục hay sân hận, hạnh phúc hay đau khổ...”

Ngoài ra, nói chung, ngay cả dù hành giả được hướng dẫn trực tiếp (vào Giác Tánh nội tại tức thời) bằng phương tiện của cái thấy, khi hành giả rơi lại vào (tán tâm) những niệm tưởng (tư duy) ảo giác, sai lạc không thể tự mình duy trì trạng thái bằng phương tiện của thiền định nên sẽ bị giam cầm lại trong luân hồi vì sự khởi lên những niệm lan man trong dòng tâm thức của chính mình. Do vậy, Giáo Pháp đã tách rời khỏi dòng tâm thức của hành giả khiến trở nên không khác với người bình thường. Thế nên, thật cần thiết hành giả không nên tách rời hoàn toàn trạng thái tự ổn định của phi thiền định. Do đó, trong bản văn nói: “Vào mọi lúc và mọi dịp...”

Tương tự, dù niệm gia tăng hay ổn định, không nên cố gắng khuất phục từng niệm riêng biệt (khi nó khởi lên) bằng phương tiện của một đối trị riêng. Hơn nữa, bất cứ khi nào niệm tưởng và cảm xúc khởi lên, sự giải độc duy nhất và đầy đủ để giải thoát từng niệm là chỉ cần nhận ra cái thấy phi thường đã được hướng dẫn trước đó. Vì thế, trong bản văn nói: “Hành giả nên giữ sự nhận thức của Pháp Thân Đã được nhận ra trước đó”.

Hơn nữa, ngay cả dù một số niệm tưởng và cảm xúc mạnh mẽ có thể phát sanh, khi hành giả nhận ra rằng chúng (niệm tưởng và cảm xúc này) không có bất cứ khác biệt nào với Giác Tánh nguyên sơ của Pháp Thân (trí huệ lưu xuất từ nó) và tự tánh của những niệm lan man thật sự là Thanh Tịnh Quang của Pháp Thân, và điều này được biết là Thanh Tịnh Quang Mẹ an trụ như Nền Tảng. Nhận ra nó bằng phương tiện của cái thấy, Thanh Tịnh Quang của Giác Tánh chính hành giả đã được hướng dẫn trực tiếp trước đó bởi vị Guru; được biết là Thanh Tịnh Quang của con đường thực hành. Giữ nguyên trong trạng thái tự đồng nhất này, ở đó, Thanh Tịnh Quang của Nền Tảng và Con Đường trở nên không tách biệt được biết là sự gặp gỡ của Thanh Tịnh Quang Mẹ và Con. Do đó, bản văn ám chỉ: “Tái hòa nhập Thanh Tịnh Quang Mẹ và Con” [11].

Trong cách này, nhớ lại Thanh Tịnh Quang đã nhận ra bằng phương tiện của cái thấy. hành giả trụ trong trạng thái thiền định, cố gắng không tạo tác hay ngưng lại bất cứ gì, cũng như không chấp nhận hay khước từ bất cứ việc gì đối với những niệm tưởng và cảm xúc khởi lên từ những thay đổi liên tục của năng lượng sáng tạo (của tâm thức). Vì đây là điểm trọng yếu chính, nên trong bản văn nói: “Hành giả nên tự ổn định chính mình trong trạng thái tĩnh giác không thể mô tả”.

Khi những người mới bắt đầu tiếp tục trong trạng thái thiền định theo cách này trong một thời gian dài, khuôn mặt thật và tự nhiên của họ (bản lai diện mục) sẽ bị che lấp bởi kinh nghiệm của cảm giác thoải mái, trong sáng và chú tâm, hay sự vắng bật niệm tưởng. Thế nên, tự giải thoát chính mình trước những tấm mạng tiêu biểu cho kinh nghiệm như vậy, hành giả không bộc lộ được khuôn mặt không che đậy của giác tánh nguyên sơ của mình, nhờ đó trí huệ sẽ trở nên thấy được trong hành giả. Và ở đâu đó có nói “Yogin tốt hơn nên phá bỏ sự thiền định của họ, như dòng suối trên núi, tốt hơn nên chảy xuống”. Vì vậy, trong bản văn nói: “(Hoặc khởi lên kinh nghiệm) của trạng thái tĩnh lặng [thiền chỉ] hay cảm giác hỷ lạc, hoặc trong sáng hay niệm gia tăng, hãy lập lại việc đập tan chúng”.

Ngoài ra, nếu hành giả yêu cầu làm thế nào để hủy diệt chúng theo cách này, thì vào lúc kinh nghiệm an ổn hay cảm giác hỷ lạc, trong sáng phát sanh, giống như tia chớp trong bầu trời (đánh mạnh vào chúng), hành giả phải đập tan những bám chấp thành những mảnh vụn với âm thanh PHAT phần nộ! Âm thanh mạnh mẽ PHAT này, hợp nhất PHA là chữ của phương tiện thiện xảo đại diện cho sự tích lũy công đức, và TA là chữ của trí huệ phân biệt cắt lia mọi ảo giác. Vì thế, trong bản văn nói: “(Để đập tan chúng) hãy phát âm mạnh mẽ, đột ngột chủng tự PHAT này ! Nó hợp nhất phương tiện thiện xảo và trí huệ” [12].

Tương tự, không bị tách biệt với điểm trọng yếu của những kinh nghiệm này, vào mọi lúc và mỗi nơi, hành giả tiếp tục trong sự tĩnh giác thấu suốt trực tiếp không thể mô tả này. Và vì vậy, không có sự khác biệt trong điều kiện thiền định giữa trạng thái thiền định vững chắc và giai đoạn nhận ra sau đó. Thế nên, trong bản văn nói: “Dựa vào việc không khác biệt giữa trạng thái thiền định vững chắc và những gì nhận ra sau đó” [13].

Vì lý do này, không có khác biệt giữa thời thiền định chánh và giai đoạn hậu thiền định, Do vậy, trong bản văn nói: “Và không có sự khác biệt trong thời thiền định và ngoài thời thiền định”.

Đại thiền giả thực sự không thiền định là Yogin, trong họ sự tĩnh giác nguyên thủy tự hiện hữu hay trí huệ giống như dòng chảy liên tục của một con sông. Ngoài ra, trong cá nhân đó không hiện hữu một mảy lông nguyên nhân để thiền định cũng như không có lúc nào xao lãng. Như ở đâu đó có nói: “Tôi chưa từng thiền định cũng chưa từng rời thiền định. Vì vậy tôi chưa từng không trung thực với ý nghĩa phi thiền định” vì điều này ở đây là ý nghĩa thực tế, nên trong bản văn nói: “hành giả nên duy trì liên tục trong trạng thái này, ở đó chúng không thể tách biệt”.

Tương tự, nếu hành giả trở thành một bình chứa thanh tịnh cho ý nghĩa thực của con đường Đại Viên Mãn tự nhiên, đó là dạng cá nhân có khả năng giải thoát tức thời chỉ dựa trên việc nghe (giáo lý), sau đó tất cả niệm tưởng và mọi xuất hiện đều giải thoát thành Nền, và bất cứ những gì khởi lên được chuyển hóa tức thời thành trạng thái của Pháp Thân. Do đó, ở đây không có thiền giả và không có thiền định (khi cá nhân ở trong điều kiện đó). Tuy nhiên một số ít cá nhân may mắn này theo đuổi một tiếp cận dần dần, và người bị rơi vào sức mạnh của vọng niệm phải thiền định cho đến khi nhận ra một số ổn định trong thực hành. Vì thế, trong bản văn nói: “Tuy nhiên, nếu hành giả không thể đạt được trong đây”.

Ngoài ra, tôn kính thiền định này, khi hành giả hoàn tất sự tích lũy những nguyên nhân thiền định (Phạn: dhyana), kinh nghiệm trong thiền định đó sẽ phát sanh. Nhưng cho dù thời gian thiền định của hành giả kéo dài bao nhiêu trong những thú vui thế gian vào những chỗ náo nhiệt sẽ không phát sanh kinh nghiệm (trong thiền định). Vì thế, trong bản văn nói: “Từ bỏ những thú vui thế gian, là điều quan trọng để thiền định”.

Ngoài ra, liên quan đến thiền định này, ngay cả dù có sự hiện hữu không khác biệt thực sự về mặt thực hành giữa trạng thái thiền định vững chắc và giai đoạn nhận ra sau đó, tuy nhiên, trước tiên nếu không giữ được trạng thái thiền định hành giả sẽ không thể hòa nhập kinh nghiệm tỉnh giác nguyên thủy của mình trong thiền định với những gì nhận ra sau đó. Vì vậy, ngay cả dù hành giả có thể cố gắng tạo ra những hoạt động của mình hàng ngày vào chính con đường, sự sa ngã hay sai lầm do tính khí nội tại của hành giả và những thói quen bất thường sẽ phát sanh. Vì thế, trong bản văn nói: “Và hành giả chia sự thực hành của mình thành những thời rõ rệt”.

Tương tự, sau khi chia thời thực hành rõ ràng hành giả nên thực hành chú tâm (trên một số đối tượng), để tiếp tục trong tinh túy của thiền định. Tuy nhiên, khi hành giả hòa nhập điều này với những hoạt động hàng ngày trong giai đoạn sau thiền định, nếu không biết cách duy trì (trạng thái thiền định) liên tục, sẽ không thể kiểm soát những điều kiện phụ bằng phương tiện giải độc này. Ngoài ra, hành giả sẽ bị những nguyên nhân phụ này dẫn lạc hướng, bao gồm bất kỳ vọng niệm nào khởi lên, và rơi lại thành chúng sanh bình thường. Do vậy, thật quan trọng phải duy trì và tiếp tục trong sự tỉnh giác nội tại thấu suốt hay trí huệ này trong thời kỳ hậu thiền định. Thế nên, trong bản văn nói: " Vào mọi lúc và trong từng dịp...”.

Ngoài ra, vào lúc đó, hành giả không cần thiết tìm kiếm bất kỳ thiền định nào khác, yêu cầu là không tách rời khỏi cái thấy của Pháp Thân, tất cả ý tưởng và hành vi tiếp tục như thường lệ không tính toán kỹ lưỡng hay cố gắng tạo tác hay ngưng lại bất cứ điều gì. Vì thế, trong bản văn nói: " Hành giả nên tiếp tục trong trạng thái Pháp Thân duy nhất này”. [14]

Thực hành theo cách này tiêu biểu cho yoga tự nhiên và thoát khỏi chi tiết, nó là sự hợp nhất không tách biệt của yoga chỉ và quán (Phạn samatha – vipasyana).

Do đó, hành giả có thể tiếp tục trong trạng thái bảm sanh tự nhiên không giả tạo của Pháp Tánh (Dharmata). Đây là tinh yếu của mỗi thực hành gặp trong Tantra thuộc về Kim Cang Thừa Mantra Bí Mật, nó là trí huệ thực sự chỉ rõ trong lần quán đảnh thứ tư, là viên ngọc như ý của Dòng Thành Tự. Và vì nó là trạng thái không vượt trội của mỗi cá nhân trong dòng truyền Đại Thành Tự đã đạt được giác ngộ trước đó ở Tây Tạng và Ấn Độ, hoặc họ thuộc Cổ phái (Nyingmapa) hay Tân phái (Sarmapa), chúng ta phải quyết định rõ ràng (trên điểm duy nhất này) với niềm tin tuyệt đối. Tuy nhiên, nếu hành giả chạy theo những hướng dẫn bí mật khác, cũng giống như một con voi bị khát nước ở tại nhà lại đi kiếm vòi của nó trong rừng rậm. Để cho mình mắc bẫy trong hang ổ giả tạo của tâm, hành giả sẽ không có thời giờ cho giải thoát. Vì vậy, nó tuyệt đối cần thiết cho cá nhân để quyết định rõ ràng (trên điểm trọng yếu duy nhất này) với niềm tin để thực hành. Do đó, trong bản văn nói: " Và hành giả phải thấy rằng; không có gì cao hơn được".

Tương tự, khi thấy Pháp Thân là tự thân Phật Tánh kinh nghiệm như tỉnh giác nguyên sơ không che đậy, tự hiện hữu và không lừa dối, hành giả tiếp tục theo đúng con đường này. Đây là trình bày bí mật thứ hai liên quan đến những điểm trọng yếu của thực hành, vì đây là điều đặc biệt quan trọng, nên trong bản văn nói: " Vì thế, phát hiện trạng thái duy nhất này là điểm trọng yếu thứ hai".

Điểm Trọng Yếu Thứ Ba

Bây giờ, vào thời điểm đó, nếu hành giả không tin tưởng vào phương pháp của (niệm tự nó) giải thoát mà chỉ thiên định; buông xả vào trạng thái tĩnh lặng của tâm, vì thế hành giả sẽ không vượt lên sự lạc hướng, tiêu biểu bằng việc tái sanh trong những thế giới cao hơn. Do đó hành giả sẽ không thể kiểm soát những nguyên nhân phụ của tham dục và sân hận, thúc đẩy những hành vi của chúng ta (samskaras) sẽ không thể ngưng lại, và tâm sẽ thiếu sự tự tin trong phát hiện của hành giả. Vì vậy, tin tưởng vào phương pháp của sự tự-giải thoát là rất quan trọng. [15]

Ngoài ra, hoặc khởi lên tham dục mạnh mẽ vào đối tượng mà hành giả muốn, hay một ác cảm mạnh vào đối tượng không muốn, hoặc sung sướng trên việc đạt được giàu có, những điều kiện thuận lợi và hạnh phúc, hay cảm thấy buồn phiền vì những điều kiện không thuận lợi, xui xẻo, bệnh tật..., vì bất cứ những gì khởi lên vào lúc đó chỉ là sự tiêu biểu cho những biểu hiện của năng lượng sáng tạo của Giác Tánh nội tại, nó rất quan trọng để nhận ra tỉnh giác nguyên sơ (trí huệ) như nền tảng thực sự của giải thoát. Do đó, trong bản văn nói: " Vào lúc đó, bất kỳ việc yêu hay ghét, hạnh phúc hay đau khổ".

Mặt khác, nếu sự giải thoát của niệm tưởng cũng như khi nó xuất hiện không tạo thành điểm trọng yếu của thực hành, vậy, bất cứ gì sanh ra (trong tâm thức) bao gồm toàn bộ niệm tưởng ngầm bắt nguồn từ tâm thức (không có chú ý), sẽ tích tụ vô số nghiệp tương lai cho cá nhân trong Luân Hồi. Vì hành giả phải tiếp tục giải thoát bất cứ những niệm tưởng nào đã phát sanh không để lại một dấu vết đằng sau dù thô

hay tế, đây là điểm trọng yếu (của thực hành), bản văn ám chỉ: “Bất cứ niệm lan man nào có thể khởi lên đột ngột”.

Do đó, đối với bất kỳ niệm lan man nào có thể sanh ra, không được để chúng trở thành một ảo giác gia tăng ngấm ngấm hoặc thành một mạng lưới rối rắm của ký ức do tâm thức tạo tác; chúng ta phải nhận ra tính chất của những niệm này khởi lên lúc an trụ trong trạng thái không cách biệt từ sự tỉnh thức tự nhiên tự xảy đến. Nó là sự cần thiết để tiếp tục trong trạng thái này, hành giả để chúng xuất hiện và tan biến mà không chạy theo chúng. Điều này cũng giống như vẽ tranh trên mặt nước. Do đó, trong bản văn nói: " Trong lúc duy trì trạng thái nhận ra chúng, hành giả không đi theo chúng". [16]

Tuy nhiên, vào lúc đó, nếu hành giả không tịnh hóa những niệm lan man bằng cách tự giải thoát, mà chỉ nhận ra chúng sẽ không thể ngăn chặn dòng hoạt động ảo giác sai lạc (của tâm thức). Nhưng, với sự tỉnh giác nguyên sơ nhận ra trước đó và tiếp tục trong trạng thái này, những niệm lan man được tịnh hóa không để lại dấu vết, vì, cùng lúc với sự nhận ra chúng, hành giả thấy khuôn mặt (hay tính chất) không che đậy của chúng. Vì thế, đối với sự quan trọng của điểm trọng yếu này, bản văn nói: “Vì hành giả giữ sự nhận ra của Pháp Thân trên khía cạnh giải thoát...”

Chẳng hạn, vào lúc hành giả vẽ một bức tranh trên nước, tự thân bức vẽ tan rã – việc vẽ và sự hòa tan của nó tồn tại cùng lúc – vậy sự phát sanh của một niệm lan man và sự tự tan biến của nó xảy ra đồng thời, không hiện hữu một gián đoạn hay ngưng lại giữa sự tự phát sanh và sự tự tan biến của chúng. Vì vậy, trong bản văn nói: " Chẳng hạn, như vẽ tranh trên nước..”

Thế nên, điểm trọng yếu của thực hành là bất chấp niệm tưởng gì xuất hiện, hãy để chúng (tự do) khởi lên, không cố gắng ngăn chặn hay đè nén chúng phát sanh trong bất cứ cách nào, và bất kỳ những niệm nào khởi lên đều đem qua tiến trình tịnh hóa chúng thành trạng thái tự nhiên của chúng (bằng việc để chúng tự do tan biến vào lại trạng thái trống không từ nguyên thủy của chúng). Vì thế, trong bản văn nói: " Không có sự gián đoạn giữa sự tự xuất hiện và sự tự tan biến của niệm tưởng.”

Trong cách đó, những niệm lan man được tịnh hóa qua năng lượng sáng tạo của Pháp Thân. Do đó, bất cứ khi nào niệm tưởng khởi lên, sự xuất hiện của chúng (có sẵn) được tịnh hóa bằng con đường của khả năng hiện diện sẵn có của Giác Tánh nội tại. Dù niệm phát sanh (trong tâm) thô đến đâu, biểu hiện bằng năm độc, sự xuất hiện của tỉnh giác mạnh hơn và rõ rệt hơn vào lúc chúng tan biến. Cho nên, trong bản văn nói: " Bất cứ những gì khởi lên (trong tâm) đều trở thành thức ăn cho Giác Tánh trống rỗng không che đậy.”

Bất kỳ niệm tưởng lan man nào có thể xảy ra, sẽ xuất hiện như khả năng sẵn có của tánh chất thấu suốt trực tiếp của tự thân Giác Tánh nội tại tức thời. Vì hành giả tiếp tục (trong trạng thái đó) không lấy hay bỏ bất cứ gì (khởi lên như niệm tưởng), chính lúc niệm khởi lên, chúng bắt đầu giải thoát, và chúng không đi vượt

lên trạng thái của Pháp Thân. Vì thế, trong bản văn nói: " Bất cứ khi nào niệm kích động xảy ra, chúng tiêu biểu cho năng lượng sáng tạo của vua, là Pháp Thân".

Vì niệm ở trong tâm thức, bản chất chúng là vô minh và như huyền, được tịnh hóa trong sự rộng mở bao la của Pháp Thân, bất cứ sự kích động của niệm tưởng nào xảy ra thực sự (sau đó) đều xuất hiện như sự rộng mở bao la của Thanh Tịnh Quang không gián đoạn và không có tự tánh. Vì thế, trong bản văn nói: " Không để lại một dấu vết, những niệm này tự tịnh hóa, A-La-La". [17]

Khi hành giả thực hành theo thói quen trong một thời gian dài, tiếp tục đem cách này đi trên con đường, những niệm lan man sẽ xuất hiện như tự thân thiền định; và vì giới hạn giữa trạng thái tĩnh lặng và kích động bị sụp đổ, không làm tổn hại trạng thái bình lặng. Thế nên, trong bản văn nói: " Cách chúng khởi lên sẽ giống như trước đó". [18]

Những niệm lan man trong tự thân chúng tiêu biểu cho khả năng hay vai trò của năng lượng sáng tạo (của tâm), dù hạnh phúc hay đau khổ, hy vọng hay sợ hãi. Và ngay cả (với Yogin), cách những niệm này khởi lên, tương tự như (tiến trình) thấy trong tâm thức của người bình thường, tuy nhiên (với Yogin) kinh nghiệm này không giống người thường mà sau đó họ cố gắng đè nén hay tạo ra (niệm tưởng) và kết quả là tích lũy những hành vi của samskaras, họ bị tham dục và sân hận bên ngoài làm chủ. (Trái lại với điều này) Yogin đạt giải thoát chính vào lúc niệm tưởng khởi lên. (Ở đây có ba mức độ giải thoát). Trước tiên, giải thoát bằng cách nhận ra niệm tưởng (khi chúng khởi lên) cũng như gặp một người đã từng gặp trước đó. Thứ hai, niệm tưởng tự nó giải thoát (cũng như khi nó khởi lên) giống như con rắn tự nó cuộn lại và mở ra. Và cuối cùng, niệm tưởng được giải thoát chẳng làm tổn hại hay giúp ích (cho trạng thái thiền định của hành giả), giống như tên trộm đi vào căn nhà trống. Vì Yogin sở hữu chính điểm trọng yếu này, với niềm tin vào con đường giải thoát niệm tưởng, trong bản văn nói: " Điểm trọng yếu đặc biệt quan trọng là con đường trong đó niệm tưởng được giải thoát".[19]

Ở đâu đó có nói: "dù hành giả biết cách thiền định, mà không biết cách giải thoát niệm tưởng ra sao, cũng giống như mức độ thiền định của Deva (Chư Thiên)". Nếu sự thiền định của hành giả thiếu điểm trọng yếu thực sự này của phương pháp giải thoát niệm tưởng và chỉ đặt niềm tin vào thiền định (Phạn. Dhyana) trong trạng thái tĩnh lặng của tâm, điều này tiêu biểu cho sự an trụ lạc hưởng trong thiền định, hay mức độ thể nhập, bao gồm các thể giới cao hơn.

Những người này chỉ quan tâm nhận ra trạng thái tĩnh lặng hay sự chuyển động của niệm hiện hữu đủ để không khác biệt với người thường bị đau khổ với những tư tưởng sai lầm và ảo giác. và ngay cả dù cá nhân đó có thể xem xét nhiều ý niệm khác nhau như "Tánh Không" và "Pháp Thân" được xác lập bằng cách nhận thức giả tạo do trí thông minh tạo tác; khi gặp những hoàn cảnh không thuận lợi, cá nhân này không thể duy trì sự bình tĩnh vì sự giải độc không đem lại hiệu quả vốn có

trở nên rõ ràng hiển nhiên. Vì vậy, trong bản văn nói: " Không có điều sau này, thiền định chỉ tiêu biểu cho con đường ảo giác sai lầm".

Về phần "giải thoát qua sự chú tâm đơn giản" hay "giải thoát trên sự khởi lên" hoặc "tự giải thoát" hay bất kỳ những tên khác nào có thể áp dụng cho nó; phương pháp giải thoát này, tịnh hóa những niệm lan man qua sự tự giải thoát không để lại dấu vết, là điểm trọng yếu độc nhất và phi thường được bộc lộ như giáo lý đặc biệt kỳ diệu của Đại Viên Mãn tự nhiên. Nếu hành giả sở hữu điểm trọng yếu này (trong thực hành), bất kỳ niệm lan man hay cảm xúc nào phát sanh, chúng đều khởi lên trong Pháp Thân. Do đó, những niệm tưởng ảo giác sai lầm được tịnh hóa thành giác tánh nguyên sơ hay trí huệ, và những hoàn cảnh không thuận lợi xuất hiện bây giờ lại là người bạn giúp đỡ hành giả, cảm xúc tự chuyển hóa vào con đường và tự tịnh hóa thành trạng thái tĩnh lặng mà không từ bỏ samsara (Luân Hồi), hành giả được giải thoát khỏi sự trói buộc của cả hai Luân Hồi và Niết Bàn (Nirvana). Hành giả vượt lên (tất cả giới hạn) vào một trạng thái không có gì để làm; ở đó hành giả thoát khỏi mọi nỗ lực thành tựu bất cứ điều gì. Do vậy, trong bản văn nói: " Nhưng nếu hành giả sở hữu điểm trọng yếu này, khi đó sự phi thiền định thực sự là Pháp Thân".{20}

Nhưng nếu hành giả không có niềm tin vào thực hành giải thoát như vậy, ngay cả dù hành giả có thể tuyên bố kiêu hãnh về cái thấy, thiền định sâu hơn của mình, sẽ không thực sự có lợi ích cho hành giả, cũng như (kiến và thiền) sẽ không giúp đỡ như một giải độc các cảm xúc. Kết quả, đây không phải là con đường đúng. Nhưng nếu hành giả sở hữu đồng thời sự tự-khởi lên và tự-giải thoát của niệm tưởng, khi đó nó sẽ không thể không giải thoát dòng chảy ý thức của hành giả khỏi những trói buộc của nhị nguyên, ngay cả nếu cái thấy của hành giả không nhiều hơn một vốc tay hay sự thiền định sâu như một hạt bụi. Cũng giống như hành giả đi vào một hòn đảo toàn bằng vàng, và một khi ở đó, ngay cả dù tìm một cục đá hay hạt cát bình thường cũng không thấy, cùng một cách như vậy, bất cứ niệm lan man nào sanh ra, dù trong trạng thái tĩnh lặng hay trong tình trạng động niệm, ngay cả dù hành giả tìm kiếm đặc tính vốn có của ảo giác, sẽ không thể tìm thấy chúng. Đây là sự đo lường duy nhất xác định quá trình thực hành của hành giả có phù hợp với điểm trọng yếu này hay không. Đó là điều tại sao trong bản văn nói: " Do vậy, tiếp tục tin tưởng trực tiếp vào sự tự giải thoát là điểm trọng yếu thứ ba"[21].

Kết Luận

Ba điểm này là tinh túy không lỗi duy nhất đủ để đem hành giả vào trạng thái tỉnh giác thấu suốt trực tiếp, tiêu biểu cho sự hợp nhất kiến, thiền, hành, và quả của Đại Viên Mãn tự nhiên (điều này không chỉ thuộc về cái thấy), cũng là Upadesha hay hướng dẫn bí mật liên quan đến thiền và hành. Tuy nhiên, theo phương pháp luận Giáo Pháp phổ thông của những người đi theo hệ thống Kinh Điển, đối tượng của sự thông minh có thể biết là có giá trị về mặt tiêu chuẩn của các truyền thống

khác nhau. Tuy nhiên, ở đây tôi không muốn xem xét vấn đề này một cách hệ thống, vì khi hành giả hiểu được giác tánh nguyên thủy không che đậy tự bộc lộ (trong kinh nghiệm trực tiếp của cá nhân), tự thân kinh nghiệm sẽ trở thành cái thấy cụ thể là gnosis hay trí huệ nguyên sơ, đó là Giác Tánh nội tại tức thời. Do đó kiến và thiền trở thành như nhau (trong tinh túy) và có cùng một vị duy nhất. Khi nói cả ba điểm trong yếu tiêu biểu cho thực hành cái thấy là không mâu thuẫn. Do đó, trong bản văn nói: " Liên quan đến cái thấy bao gồm ba điểm trọng yếu này"[22].

Thực hành này là đỉnh cao nhất của chín thừa (đến giác ngộ), là điểm trọng yếu không lỗi của con đường trạng thái thanh tịnh nguyên sơ, là Đại Viên Mãn tự nhiên. Giống như một vị vua ban hành điều gì, những người tùy tùng và quân đội không thể không theo ông, vậy, trong cùng một cách, những điểm trọng yếu của con đường của tất cả những thừa (thấp hơn) sẽ đi kèm Dzogchen như những người giúp đỡ trung thành, và cung cấp, phục vụ cho nó trong từng trường hợp. [23] Ngoài ra, vào lúc hành giả bắt gặp trực tiếp khuôn mặt thật của tự thân ánh sáng nguyên thủy của trí huệ phân biệt như giác tánh thanh tịnh nguyên sơ, trí huệ phân biệt này (Phạn- prajna) sanh ra do năng lực thiền định, sẽ sáng rực lên, trở thành một trí huệ rộng mở bao la giống như (núi sanh ra) những con sông chảy xuống trong mùa xuân. [24] Và cũng như sự hiển bày nội tại của tánh không, xuất hiện như tâm đại bi, trở thành lòng bi yêu thương tất cả chúng sanh một cách phổ quát và công bằng, vì điều này ám chỉ Dharmata (Pháp Tánh), trong bản văn nói: " Thiền định kết nối trí huệ và lòng bi với nhau" [25]

Trong cùng một cách, vào lúc tánh không và lòng bi hợp nhất, những hoạt động như biển của các con của Đấng Chiến Thắng trong con đường sáu viên mãn sẽ xuất hiện như năng lượng hay khả năng sẵn có của hành giả giống như trường hợp mặt trời và những ánh sáng của nó. Những hoạt động như vậy liên quan đến sự tích lũy công đức, nên bất cứ những gì hành giả làm sẽ trở thành lợi ích cho người khác. Và, ngoài ra hành vi của hành giả sẽ trở thành người bạn trung thành giúp đỡ (Giác Tánh nội tại) không đi lạc khỏi chánh kiến và không rơi vào những mục tiêu ích kỷ cho sự an bình và hạnh phúc cho riêng họ. Do vậy, trong bản văn nói: " Cũng như hành vi nói chung của các con của các Đấng Chiến Thắng, hoạt động như những người bạn [cho cái thấy và hỗ trợ nó]" [26].

Ba kiến – thiền – hành này (trong sự hợp nhất) tiêu biểu trạng thái chánh yếu của tất cả chư Phật đã đến đây từ quá khứ, đang hiện diện ở đây và bây giờ, và sẽ đến trong tương lai. Thế nên, trong bản văn nói: " Ngay cả nếu tất cả chư Phật của ba thời cùng nhau thảo luận..."

(Sự hợp nhất kiến, thiền, hành này) thật sự là chiến thắng cao nhất của tất cả các thừa (đến giác ngộ). Cũng như điểm trọng yếu của con đường Nyingtik Dorje Nyingpo "trái tim như kim cương của tâm tinh túy". Vì không có gì cao hơn tinh túy của kết quả này, trong bản văn nói: " Không hiện hữu giáo lý nào cao hơn điều này". [27]

Ngoài ra, vì thực nghĩa diễn tả trong giáo lý này đại diện tinh túy của Upadesha (những hướng dẫn khẩu truyền bí mật) của dòng truyền, bài luận giảng này chỉ diễn tả trong một vài từ ngữ chắc chắn phải xuất hiện qua năng lượng sáng tạo của Giác Tánh nội tại riêng tôi. Điều này là trường hợp bản văn ngụ ý “Năng lượng sáng tạo của Giác Tánh nội tại là chủ nhân kho tàng của Dharmakaya”.

Ngay cả dù chính cá nhân tôi không có bất kỳ kinh nghiệm riêng nào về thực nghĩa của những giáo lý này bằng phương tiện trí huệ phân biệt trong thiền định, tuy nhiên, tất cả nghi ngờ của tôi đã được loại bỏ triệt để bằng phương tiện của trí huệ phân biệt qua việc nghe giáo lý không lỗi truyền qua tai của vị Guru thiêng liêng của tôi. Ghi chép lại điều này một cách hệ thống bằng phương tiện của trí huệ phân biệt phản ánh trên sự vật, tôi đã sắp xếp luận giảng này một cách phù hợp. Do đó, bản văn chỉ ra rằng: “đem kho tàng này đến từ bên ngoài của trí huệ rộng mở bao la”. Nhưng vì giáo lý này không giống như tài sản thế gian thông thường vốn chỉ cải thiện sự nghèo khó của chúng ta một cách tạm thời; trong bản văn nói: “ Nhưng điều này không giống như rút vàng từ đá của quả đất.” [28]

Ba điểm trọng yếu này liên quan đến cái thấy được biết như “Ba Trình Bày Đánh vào Những Điểm Trọng Yếu”. Vào lúc Ngài nhập Niết Bàn, từ giữa đại hội tụ của ánh sáng trong bầu trời, Hóa Thân Prahevajra (Garab Dorje) trao truyền (những hướng dẫn bí mật này) cho Arya Manjushrimitra. Vì đây chính là Upadesha, trong đó trạng thái thiền định của nó trở nên hợp nhất không thể tách biệt, trong bản văn nói: “ Nó đại diện cho bản chúc thư cuối của chính bản thân Ngài Garab Dorje”.

Bởi công đức thực hành điểm trọng yếu về thực nghĩa của ba hướng dẫn ở đây, vị Vua Toàn Giác của Giáo Pháp (Longchen Rabjampa) biểu thị trạng thái ở đó tất cả hiện tượng đều bị tiêu diệt trong sự thanh tịnh nguyên thủy, đạt được Phật Tánh viên mãn rõ ràng. (Ngài cũng được tiếp nhận trực tiếp tâm-truyền-tâm của các Đấng Chiến Thắng). Sau đó, Ngài hiển lộ Thân Trí Huệ (Phạn-Jnanakaya) cho Vidyadhara Jigmed Lingpa (*Khyetse Odzer*) trong cách trao truyền biểu tượng của các bậc Vidyadhara, Ngài (Longchenpa) ban gia hộ cho Jigmed Lingpa, sau đó, Jigmed Lingpa ban cho vị Guru Gốc nhân từ của tôi (Guru Gyalwe Nyugu) trao truyền từ miệng qua tai. Nhận được đầy đủ trực tiếp hướng dẫn và giới thiệu này, sau đó, ngài thực sự gặp gỡ (trong kinh nghiệm cá nhân của ngài) Dharmata. Và vì thế, trên đây là những hướng dẫn mà tôi đã được nghe trong hiện tại thực tế của vị bảo hộ quang vinh của chúng sanh (vị guru gốc quý báu của tôi). Cho nên, trong bản văn nói: “ Nó là cốt lõi tâm linh của ba dòng trao truyền”. [29]

Upadesha này giống như việc tinh luyện vàng, thực sự là tinh hoa của tâm. Tôi miễn cưỡng phô bày chúng cho những người không thực hành; nhưng với những người tha thiết với giáo lý này như cuộc sống của họ, và những người có thực hành những điểm trọng yếu phải đạt được Phật Tánh trong một kiếp. Tôi không ngần ngại khi phô bày chúng. Do đó, trong bản văn nói: “ Và nên cho những đứa con tha thiết và niềm lại...”

Ý nghĩa của nó thâm sâu và được nói từ trái tim. Nó tiêu biểu cho lời khuyên chân thành của tôi, là điểm trọng yếu của thực nghĩa. Điểm trọng yếu của thực nghĩa này không nên để thất truyền cũng như không nên để bị thiếu tôn kính hay báng bổ.[30]

Điều này hoàn tất luận thư ngắn của tôi, với giải thích của một số giáo lý đặc biệt của Vua Trí Huệ và Quang Vinh, cầu cho điều này tiêu biểu cho thiện nghiệp.

Bản dịch của mKhas-pa Shri rgyal-po'i khyad-chod cùng với tự-luận của Dza Patrul Rinpoche, Vajranatha dịch tại Đại Bảo Tháp của Baudhnath ở Nepal trong mùa xuân 1979 sau đó sửa lại năm 1985.

SARVA MANGALAM

LUẬN GIẢNG VỀ : “GIÁO LÝ ĐẶC BIỆT CỦA VUA TRÍ TUỆ QUANG VINH”

Bởi dịch giả

Lời nói đầu

1. Tựa của bản văn

Đi theo quy ước của Phật Giáo Ấn Độ trong Phạn ngữ, một bản văn Phật Giáo Tây Tạng thực sự chưa đầy đủ trừ khi bản văn gốc (*rtsa-ba*) thường được viết trong dạng bài kệ, kèm theo bằng một luận giảng (*grel-ba*) hoặc do tác giả viết hay do các học giả trong cùng truyền thống sau này. Trong một đoạn thơ Tây Tạng bốn dòng gọi là sho-lo-ka chữ Phạn là s'loka, mỗi dòng kệ của Tây Tạng gồm 7 hay 9 chữ. Luận giảng đi kèm bản văn gốc thường được viết bằng thơ như trường hợp ở đây. Cả hai bản văn gốc và luận giảng do ngài Dza Patrul Rinpoche viết (*rDza dpal-sprul rin-po-che, O-rgyan 'jigs-med chos kyi dbang-po, 1808-1887*). (Xem tiểu sử ngài Patrul Rinpoche)

Mỗi bản văn đầy đủ của đạo Phật Tây Tạng có 3 phần : (I) chương giới thiệu hay mở đầu (*sngon-'gro*);(II) chương chính (*dnegos-gzhi*) cấu tạo thành thân chính của bản văn;(III) chương kết (*rjes*). Phần mở đầu gồm: (1) tiêu đề (*mtshan*); (2)kệ cúng giưỡng (*mchod brjob*) và (3) trình bày mục tiêu của tác giả trong việc viết bản văn (*dam-bca'*).

Truyền thống Tây Tạng phân biệt giữa ba bình diện sở hữu của khả năng cá nhân về mặt hiểu biết, cụ thể là khả năng siêu việt (*dbang-po rab*), khả năng trung bình (*dbang-po 'bring-po*) và khả năng thấp (*dbang-po tha-ma*). Do vậy, tôn trọng

việc hiểu ý nghĩa của bản văn, cá nhân có khả năng siêu việt sẽ hiểu lập tức nội dung của toàn bản văn chỉ bằng nghe đề tựa. Cá nhân có khả năng trung bình khi nghe tựa đề, sẽ hiểu bản văn thuộc về phạm trù hay phân loại nào. Cá nhân có khả năng thấp sẽ chỉ nghe những từ của đề tựa và sẽ yêu cầu một giải thích đầy đủ.

Ở Tây Tạng một cách truyền thống người ta không chỉ vào một tu viện chọn ngẫu nhiên một quyển sách và bắt đầu đọc. Mà, người đệ tử cần phải được cho phép của một vị Lama hay một vị thầy đủ phẩm tính có thẩm quyền trước khi đọc và nghiên cứu một quyển sách tôn giáo. Như một kinh điển có thẩm quyền, hay *lung* ; nhận dưới dạng vị Lama đọc lớn bản văn cho đệ tử hay nhiều người học. Phong cách trao truyền này phản ánh truyền thống giảng dạy của Đạo Phật, trước tiên được truyền bằng miệng từ thầy sang trò. Chỉ vào một thời gian saunhững giảng dạy này mới viết dưới dạng một bản văn. Do đó, trong phần mở đầu của mỗi Kinh Điển của Đạo Phật thường nói: “Chính tôi được nghe, vào lúc . . .” cá nhân nói ở đây là Ananda, người phục vụ riêng cho Đức Phật, người giới thiệu mỗi luận giảng của Đức Phật và ghi tất cả vào ký ức.

Ở Tây Tạng , thường *lung* này được ban cho với tốc độ rất nhanh dưới dạng hát một bài ca. Tùy vào độ dài của bản văn, *lung* cần nhiều ngày hay chỉ trong thời gian khoảng vài tách trà. Khi hoàn tất *lung*, phải được theo sau một giải nghĩa về ý nghĩa của bản văn hay *tri (khrid)*. Điều luôn hoàn toàn cần thiết, vì một bản văn gốc ở Tây Tạng thường được soạn trong sự súc tích cao và ngôn ngữ chính xác. Ngoài ra nó thường được tác giả chịu trách nhiệm rằng người đọc hoàn toàn biết rõ với truyền thống giáo dục và bản văn thuộc về. Thường bản văn gốc phục vụ hơn là một sự hỗ trợ cho ký ức, một sưu tập những bài kệ giúp trí nhớ ngắn, hơn là một giới thiệu chi tiết về lời giảng. Do vậy, một Phật tử sùng đạo hay một bản văn triết học không chỉ đọc một cách tình cờ theo yêu cầu của người học mà sau đó lại bỏ qua. Ngoài ra, cá nhân được một Lama thầy giáo dạy bản văn. Và Lama của người đó lần lượt tiếp nhận *lung* hay kinh văn chính thức được công nhận từ bản văn của vị thầy ông ấy vv... cho đến vị thầy đầu tiên. Sự tiếp nhận khẩu truyền này được xem là rất quan trọng trong truyền thống Tây Tạng.

Tựa đề của bản văn mà chúng ta có ở đây là *mKhas-pa shri rgyal-po'I khyad chos 'grel-pa dang bcas-pa*, “Giáo lý đặc biệt của của vua Trí Huệ và Quang Vinh” đi kèm với luận giảng. Một tựa đề đầy đủ của bản văn ở Tây Tạng trước hết sẽ cho chu trình văn mà bản văn thuộc về (nếu có), cái đó là nội dung chủ đề và cuối cùng là tựa đề riêng của bản văn. Nhưng ở đây tựa đề ngắn đi một ít, và bỏ hai phần đầu. *mKha-pa* có nghĩa “Hiểu biết” hay “thông minh” và *shri ('sri)* là một chữ Phạn (Tạng *.dpal*) có nghĩa Quang Vinh. *rGyal-po* là “vua” và *khyad-chos* có nghĩa “lời dạy đặc biệt”.Giáo lý đạo Phật hay Pháp (*chos*), gồm truyền thống kinh văn (*lung* Phạn agama)truyền xuống từ thế hệ này sang thế hệ khác được hiểu biết thực sự (*rtos-p*, Phạn. *avabodhi*) bắt nguồn từ những thực hành thiền định riêng của hành giả và những kinh nghiệm trực tiếp của cá nhân. *Khyad-chos* hay giáo lý đặc biệt này

tiêu biểu cho cái sau; tức sức hiểu biết thực sự Giáo Pháp. Một giáo lý đặc biệt như vậy thuộc về Kim Cang Thừa kết quả ; được xếp loại cao nhất trong giáo lý Đạo Phật.

“Vua Trí Huệ và Quang Vinh” trong đề tựa rõ ràng ám chỉ Pháp Thân Phổ Hiền (Dharmakaya Samantabhadra) nguồn tối thượng của giáo lý Dzogchen, tới Garab Dorje theo truyền thống Nyingmapa và cũng là dòng truyền của Guru của tác giả (trích dẫn trong bản văn, đại diện cho kiến thiền hành, tinh túy của ngài) của giáo lý Dzogchen giải thích truyền thống về cuộc đời Garab Dorje xem trang). Vào lúc ngài nhập Niết Bàn, Garab Dorje tự hiển lộ trong một vùng ánh sáng cầu vồng (*thig-le*), và trong bản chúc thư cuối ngài tóm tắt ý nghĩa trọng yếu của Dzogchen cho đệ tử Manjushrimitra trong ba trình bày ngắn (*shig-gsum*). Ba trình bày này đánh vào (*brdeg-pa*) điểm trọng yếu (*gnad*) trên đầu do đó chúng được biết như Tshig gsum gnad du brdeg-pa, “Ba Trình Bày Đánh Vào Những Điểm Trọng Yếu”, những điểm trọng yếu là kiến, thiền, hành. Một chuyển ngữ đầy đủ của bản văn sẽ thấy trong Phần Một. Nó chứa đựng một tác phẩm rộng lớn được biết là Rid’-dzin’ das-rjes “Giáo lý ban sau khi viên tịch của các bậc Vidyadhara” thấy trong bộ sưu tập Bi-ma Snying-thig của Longchen Rabjampa (xem tiểu sử). Bản văn gốc và sự tự-luận giảng của nó do Patrul Rinpoche mô tả tỉ mỉ về ý nghĩa của ba trình bày này.

2- Cầu thỉnh, Quy kính Đạo Sư

Theo sau đề tựa, chúng ta thấy bài kệ cúng dường; có thể là một cầu thỉnh bằng Phạn văn bắt đầu là *Namo*, “Quy kính tới” và một số kệ bằng tiếng Tạng. Những bài kệ này gợi lòng tôn kính tới các Guru, chư Phật, chư Bồ Tát v.v... và cầu mong gia hộ. Trong bản văn này sự cầu khẩn đọc đơn giản “Quy kính đến Guru”.

Chữ Phạn *Guru*, có thể nói là “Vị Thầy”, một người thầy hướng dẫn tâm linh và hành động như một chất xúc tác cho sự phát triển, chuyển hóa và đánh thức tâm linh của đệ tử, dịch ra Tạng ngữ là *bla-ma*. Từ này, dịch nghĩa theo truyền thống; *bla* có nghĩa “cao cấp” và *ma* “là người mà”, hoặc có thể giải nghĩa *bla* là “tâm hồn” và *ma* là “người mẹ” vì Lama giống như người mẹ tinh thần, nuôi dưỡng và dẫn dắt tâm linh đệ tử đến giải thoát và giác ngộ. Trong Vajrayana nó được gọi là Guru hay vị thầy, thậm chí còn quan trọng hơn cả Phật, vì không có giải thoát hay giác ngộ mà không có sự hướng dẫn trực tiếp của Guru. Thật ra, sẽ không có chư Phật nếu không có các Guru. Hơn nữa, Đức Phật lịch sử sống cách đây đã lâu và ngày nay không thể thấy, trái lại hiện nay chính Guru trao truyền thực sự Giáo Pháp cho đệ tử. Vì lý do này, hành giả trên con đường tâm linh trước hết gợi lòng tôn kính đến Guru trước bất kỳ ai khác.

Chữ Tây Tạng về thực hành quy kính (*phyag’ tshal*) cũng là chữ chỉ sự cúng dường hay lễ bái đến các cá nhân cao hơn. Về mặt tiếp cận Giáo Pháp, cách tốt nhất để tỏ lòng tôn kính vị thầy là sở hữu và trau dồi chánh kiến, tiếp tục trong cái thấy này, hòa nhập nó vào bất kỳ thực hành nào của hành giả, cũng như vào những hoạt

động của đời sống hàng ngày. Ở đây cái thấy ám chỉ Dzogchen và không có cái thấy thấp hơn. Nhưng “cái thấy” (*lta-ba*) không chỉ là một số quan điểm của môn phái, xuất phát từ con đường phân tích và lý luận. Một cái thấy thông thường có thể dễ dàng thay đổi hoặc thậm chí bị từ bỏ do một số tranh luận hay nguồn hướng dẫn mới. Ngoài ra, như đã chỉ ra trước đó, nó là “con đường của sự thấy” (*lta-ba*). Về phần Dzogchen, nó là cách thấy của Giác Tánh không che đậy (*Rig-pa gcer mthong*). Ở đó cái thấy của hành giả không bị ngăn che hay chướng ngại bởi các khái niệm thiết lập giả tạo của tâm thức. Trong luân hồi, cái thấy trong không gian của chúng ta trở nên méo mó và bị che phủ vì sức nặng của sự hiện diện nghiệp quá khứ [1]. Do vậy, trau dồi cái thấy của Dzogchen tiêu biểu sự phục vụ tốt nhất đến Guru. Phương pháp tốt nhất kế tiếp là thực hành tiến trình phát triển và tiến trình viên mãn thuộc về phương pháp chuyển hóa tantric, hành giả quán tưởng bốn tôn và nhận ra sự biểu hiện này tương tự trong tinh túy của nó với Guru Gốc của hành giả. Phương pháp tốt nhất kế tiếp để tỏ lòng quy kính Guru là đến phục vụ ngài và dâng cúng tiền của.

Trong cả hai bản văn gốc và phần tự-luận giảng của tác giả, tác giả tỏ lòng quy kính đến Guru Gốc (*rtsa-ba'i bla-ma*) mà sự từ bi, nhân ái của ngài vô song. Một cách truyền thống có ba loại Guru. Trước tiên, là những vị thầy mà hành giả nhận giáo lý và chỉ ban một hướng dẫn trên con đường. Họ được biết là ‘*dren-pa'i bla-ma*’ “vị thầy lo liệu cho hướng dẫn”. Hành giả có thể có nhiều vị thầy này trong suốt cuộc đời. Trong cách khác, với một phạm trù rộng hay hẹp hơn, rút từ kinh nghiệm và trí huệ của họ, chỉ ra con đường, ban khai thị và khuyến khích hành giả trên con đường. Nhưng chỉ có đệ tử có thể đi trên con đường đó. Người thầy không làm điều này cho đệ tử, cho dù năng lực và trí huệ của vị thầy to lớn đến đâu. Như chính Đức Phật Thích Ca Mâu Niệm tưởng nói “Ta có thể chỉ cho ông con đường, nhưng chính bản thân ông phải đi”.

Kế đó, có những Guru khác nhau trong dòng truyền (*brgyud-pa'i bla-ma*) mà hành giả tiếp nhận trong kiếp hiện tại này. Dòng truyền này kéo dài từ thế hệ thầy và trò hiện nay trở lui đến nguồn giác ngộ nguyên thủy. Dòng truyền này (*brgyud-pa*) giống như dây điện cao thế treo trên cột điện bắc ngang qua nông thôn đem điện năng cho nhiều thành phố ở xa từ một đập thủy điện trên núi. Cùng một cách như vậy, dòng trao truyền đem năng lực gia hộ tâm linh và cảm hứng từ nguồn nguyên thủy phi thường là chư Phật hay các đấng giác ngộ khác xuất hiện từ khởi thủy, cho tất cả những đệ tử trong thời hiện tại đi theo giáo lý.

Cuối cùng là Guru Gốc, là vị thầy đó, hay những vị thầy dù nam hay nữ, ban cho đệ tử phần lớn quán đánh quan trọng (*dbang*) làm chín muồi dòng tâm thức (*rgyud smin*), và phần lớn những giải thích tinh yếu khiến giải thoát tâm thức của đệ tử (*sems-grol*). Hơn những người khác, vị này là Guru Gốc, là người dẫn dắt chỉ ra con đường và hành động như chất xúc tác trong tiến trình tinh luyện đánh thức tâm linh đệ tử. Trong ý nghĩa này, Guru Gốc ám chỉ trong bản văn là Jigmed Gyalwe Nyugu (*Jigs-med rgyal-ba'i my-gu*) vị Guru Gốc của ngài Patrul Rinpoche.

Ngoài ra, vị Guru Gốc có ba khía cạnh: bên ngoài, bên trong, và bí mật. Ngoại guru (*phyi'I bla-ma*) là vị thầy mà trong thân hiện tại của họ [ông hay bà], ban cho giáo lý thực hành cá nhân và hướng dẫn hành giả vào chính bản tâm mình. Nội guru (*nangi bla-ma*) là bản tôn thiên quán riêng của hành giả tự mình nhận ra trong bất cứ thực hành nào và cũng như lúc mới thức dậy. Bản tôn lúc nào cũng được cảm thấy an trú trong tim hay trên đỉnh đầu của hành giả. Bí mật guru (*gsang-ba'I bla-ma*) là Phật Samantabhadra (*Kuntu bzang-po*), Đức Phật nguyên sơ (*Phạn. Adibuddha*), trong thực tại là trạng thái giác ngộ nguyên sơ, Phật tánh sẵn có của hành giả. Thế nên, trong việc làm quy kính đến Guru, và đánh lễ trước ngài, chúng ta không tỏ lòng tôn kính với một số quyền thế hay thánh thần bên ngoài, mà chúng ta nhận ra và biết Phật tánh sẵn có đã hiện diện trong ta từ nguyên thủy. Và đây là Guru thực sự của chúng ta.

Theo hệ thống kinh điển, đi vào con đường tâm linh được đánh dấu bằng việc quy y Tam Bảo, đó là Đức Phật – vị Thầy – Pháp - Giáo lý và Tăng – Cộng đồng các hành giả. Với Tam Bảo này, Tantra thêm vào quy y thứ tư: vị Guru. Về phần Tantra hay Dzogchen, Guru đại diện cho sự xuất hiện Hoá Thân của tất cả Tam Bảo, vậy quy y Guru thì mọi quy y được nhận ra cùng lúc.

Con đường mà hành giả duy trì và phát triển một mối liên hệ trực tiếp với Guru (*bla-ma*), là nguồn trao truyền bằng cách quán đảnh và giảng dạy là Guru Yoga (*bla-ma'I rual-'byor*). Thuật ngữ này có nghĩa sự hợp nhất Thân, Ngữ, Ý (*lus ngag yid*) của hành giả với Thân, Ngữ, Ý (*sku gsung thugs*) của vị thầy. Từ quan điểm của Dzogchen, bất chấp thực hành nào của hành giả, hành giả phải nối kết thực hành đó với Guru Yoga. Trong cách này, sự trao truyền chúng ta tiếp nhận, bao gồm sự hướng dẫn vào trạng thái nguyên sơ của chúng ta được duy trì và nâng cao. Trong cách này, vị Guru Gốc và các Guru của dòng phái vẫn nối kết không tách biệt với tâm thức chúng ta, truyền cho dòng tâm thức chúng ta sự gia hộ, cảm hứng và trí huệ của các ngài. Giữa tất cả thực hành thấy trong Tantra và Dzogchen, Guru Yoga là quan trọng và cốt lõi nhất, và khi chúng ta thực hành Guru Yoga đúng đắn sẽ hòa nhập kiến thiền hành của chúng ta với tác giả.

3- Kiến, Thiền, Hành như Ba Vị Thầy của tác giả.

Bất cứ con đường thực hành và phát triển tâm linh nào có thể xem xét về mặt kiến, thiền, hành, tác giả chỉ ra ba điều này tương ứng với ba trình bày của Garab Dorje. Và trong khía cạnh Dzogchen, nó phải được sống lại, cái thấy quan trọng hơn thiền và hành, vì cái thấy không trong sạch và đúng đắn, bất chấp mục đích tốt như thế nào, sẽ khiến thiền và hành đi lạc khỏi trung tâm và dẫn hành giả đi lạc vào khó khăn chông chát. Do vậy, như những hành giả, ngay từ khởi đầu, chúng ta phải dùng nhiều thời gian để khảo sát cái thấy của mình và bắt nguồn từ việc hiểu được cái thấy của Dzogchen về mặt kinh nghiệm của chúng ta.

Ở đây, trong bản văn, tác giả hợp nhất kiến thiền hành của Ngài bằng cách làm chúng tương đương với ba vị Guru trong dòng phái mà ngài cảm thấy có sự liên hệ cá nhân rất trực tiếp. Chúng ta có thể thực hiện theo ví dụ của Ngài thì không gì tốt hơn. Và cũng ở đây, Patrul Rinpoche tạo một vai trò trên những vị Guru. Cái thấy của ngài là của Longchen Rabjampa (*Long-chen rab-'byams-pa, Dri-med'od-zer*, 1308-1363). Vị tổ vĩ đại của Dzogchen ở thế kỷ 14 sưu tập phần lớn giáo lý Nyingthig đầu tiên của bộ Dzogchen Upadesha biểu trưng cho Padmasambhava và Vimalamitra. Ngài hệ thống những giáo lý này trong luận giảng nổi tiếng của ngài và những tác phẩm bình luận thấy trong mDzog bdun hay “Bảy kho tàng” nổi tiếng. Tên Longchenpa tiếng Tây Tạng dịch là “vô tận (*rab'-gyams*) đại (*chen-po*) hư không rộng mở bao la (*klong*)”, nên cái thấy của ngài là đại rộng mở bao la vô tận.

Sự thực hành thiền định của Patrul Rinpoche là của Jigmed Lingpa (*Jigs-med gling-pa* 1730-1798) được biết dưới tên khác là Khyentse Odzer (*mKhyen-brtse'I 'od-zer*). Vị tổ lừng lẫy của Dzogchen ở thế kỷ 18 cũng giới thiệu và thực hành giáo lý Dzogchen Nyingthig một cách hệ thống, do đó hoàn tất tác phẩm của Longchenpa. Sự tổng hợp này được biết là Longchen Nyingthig (*kLong-chen snying-thig*) “Tinh hoa của tâm ngài Longchenpa”. Tên ngài Jigme Lingpa được thay đổi luân phiên là Khyentse Odzer, dịch ra có nghĩa là “những tia sáng (*'odzer*) của trí tuệ (*mkhyen-pa*) và tình thương (*brtse-ba*)”. Vậy sự thiền định của ngài là ánh sáng trí huệ và lòng bi thực sự.

Cách ứng xử hay hạnh kiểm (hành) của Patrul Rinpoche là của Jigmed Gyalwe Nyugu (*Jigs-med rgyal-ba'i my-gu*) sự nghiệp trần thế phong phú của ngài tiêu biểu cho hoạt động đại bi của Bồ Tát, về mặt thực hành 6 hoàn thiện. Ngài là Guru Gốc của Patrul Rinpoche. Tên của vị tổ này dịch nghĩa là “Mầm tươi mới (*myu-gu*) của (tương lai) Jinas (*rgyal-ba*). Jigna là một phẩm chất của Đức Phật, có nghĩa “Đấng chiến thắng” và điều này nhắc đến việc Đức Phật chiến thắng quyết định trên Mara, quỷ của ảo giác tự ngã, “mầm tươi mới” ám chỉ Bồ Tát, đó là người trên con đường nhận ra Phật Tánh. Theo nghĩa khác, Bồ Tát được biết là một Jinaputra “Con của các Đấng Chiến Thắng”, và vì thế hành của các ngài là mầm tươi mới sẽ trở thành chư Phật trong tương lai, có thể nói đó là các Đại Bồ Tát.

4. Lời hứa với người đọc: Lợi ích của thực hành

Theo sau kệ cầu thỉnh và cúng dường trong một bản văn Tây Tạng, theo truyền thống sẽ thấy lời hứa với người đọc của Ngài nêu những nét chủ yếu về chủ đề của bản văn và cũng là mục tiêu của ngài trong việc biên soạn. Ngài trích dẫn chi tiết về điều này đem những gì có lợi ích đến người đọc bản văn, nhắc đến kiến, thiền, hành của ngài cho chúng ta, Patrul Rinpoche tiếp tục hứa hẹn “Bất cứ ai thực hành Dzogchen tha thiết theo cách này sẽ chắc chắn đạt được Phật Tánh chỉ trong một đời không cần cố gắng, và ngay cả nếu hành giả không thực hành, tâm thức cũng được hưởng hạnh phúc “A-la-la là một diễn tả vui thích”.

ĐIỂM TRỌNG YẾU THỨ NHẤT

5. Điểm trọng yếu của cái thấy

Giới thiệu trực tiếp

Phần một được xem là điểm trọng yếu thứ nhất, có thể nói là cái thấy biểu tượng cho tổ Longchenpa, tương ứng với trình bày đầu tiên của Garab Dorje “sự hướng dẫn trực tiếp”. Cấu trúc của Dzogchen thường bắt đầu với một giới thiệu trực tiếp như vậy. Đi vào hệ thống Sutra, con đường của sự từ bỏ, được đánh dấu bằng việc thọ những giới luật hạn chế hành xử tiêu cực của hành giả, đặc biệt là những hành vi gây tổn hại và tổn thương trên người khác. Đi vào hệ thống Tantra, con đường của sự chuyển hoá, được đánh dấu bằng việc nhận quán đảnh (*Tang dbang Phạn abhiseka*). Tuy nhiên, đi vào Dzogchen là con đường giới thiệu trực tiếp. Bằng phương tiện này, hành giả có thể hiểu được thực nghĩa của Quán đảnh, không chỉ là một loại nghi lễ tôn giáo. Trên thực tế, quán đảnh là một trao quyền. Trong hệ thống Tantra, quán đảnh bắt đầu ở cấp độ Kriya Tantra và phát triển chi tiết hơn về mặt nghi lễ ở những Tantra cao hơn. Trong Anuttara Tantra, chúng ta thấy phương pháp của bốn quán đảnh (*dbang bzhi*). Bằng sự nhận quán đảnh cái bình chúng ta được trao quyền thực hành quán tưởng Bồ Tát (*bskyed-rim*), bằng việc quán đảnh bí mật, chúng ta được trao quyền thực hành yoga về kinh mạch và năng lượng (*rtsa rhang*) và việc quán đảnh trí huệ, chúng ta được trao quyền thực hành tiến trình hoàn thiện. Với quán đảnh thứ tư (*dbang bzhi-po*) sẽ thấy có ít hay không có nghi lễ tôn giáo, tuy vậy có một số giải thích bằng lời, và vì lý do này nó cũng được biết là quán đảnh chữ (*tshig dbang*). Trong hệ thống Nyingmapa, quán đảnh thứ tư này là kết quả của con đường của vị tổ ban đầu hay Vajracharya (*rdor-je slob-dpon*) đi vào hành giả trong trạng thái của thiền định (trao truyền trực tiếp). Do đó ba loại trao truyền xảy ra cùng lúc. Theo Anuttara Tantra, quán đảnh chữ trao quyền cho chúng ta thực hành mahamudra, nhưng đã chỉ ra trước đó, trạng thái cuối cùng vượt lên sự chuyển hóa trong Mahayoga Tantra và Anuyoga Tantra được gọi là Dzogchen, trạng thái hoàn toàn viên mãn. Tuy nhiên cả hai Mahayoga và Anuyoga đại diện cho hệ thống Tantra, con đường của sự chuyển hóa. Trong Dzogchen Perse, không đòi hỏi nghi thức quán đảnh đi vào thực hành. Nhưng điều kiện tối cần thiết cho thực hành Dzogchen là được giới thiệu trực tiếp vào trạng thái Nguyên Sơ.

Tác giả tiếp tục giải thích sâu rộng phương pháp thực hành cái thấy (*lta-ba nyams sulen tshul rgyas-par 'chad*). Chúng ta được giới thiệu trực tiếp vào trạng thái thiền định và sau đó qua thực hành đều đặn (*nyams-len*) chúng ta sẽ đạt đến kinh nghiệm trực tiếp (*nyams-myong*) của trạng thái. Nhờ đó, chúng ta sẽ tiếp tục phát triển hiểu biết thực sự chính xác về Rigpa, tức Giác tánh nội tại lập tức, đây là trí huệ gặp trong trạng thái thiền định.

Đi vào Sutra, Tantra, và Dzogchen

Nói chung, trong hệ thống Sutra cũng được biết là Lakshayana, thừa của những đặc tính quyết định, cái thấy được thiết lập bởi phương tiện trích dẫn từ kinh điển có thẩm quyền và bằng phương cách phân tích luận lý (*dpyad-pa Phạn-Vicara*) đó là, qua nguyên do và suy nghiệm. Ở đây tác giả dùng thuật ngữ *lung rig* để chỉ điều này, *lung* có nghĩa “Kinh điển” và *rig* (hay *rig-pa*) có nghĩa “nguyên nhân”. Nói chung, trong hệ thống Sutra, *rig-pa* nghĩa đơn giản là sự “thông tuệ”, nhưng cùng thuật ngữ này lại sử dụng rất đặc biệt trong kinh văn Dzogchen, vậy hai cách dùng không nên nhầm lẫn trong Sutra và Dzogchen. Trong hệ thống Sutra, chúng ta nói về ba nguồn trí huệ vững chắc (*mtshan-ma Phạn-pramana*).

- 1.- Trí huệ vững chắc từ nhận thức trực tiếp (Phạn-Pratyaksha Pramana).
2. Trí huệ vững chắc từ nguyên nhân hay suy luận (Phạn-Anumana Pramana).
- 3.- Trí huệ vững chắc từ kinh điển hay nguồn chủ quyền có giá trị tin cậy (Phạn-Agama Pramana).

Ví dụ chúng ta có thể giới thiệu cái thấy của các vị tổ khi nói “Tất cả đều là không (Shunyata)”. Đây là quan điểm của học phái Trung Quán (*dbu-ma-pa*) hay “Tất cả là tâm (*sems-Phạn citta*)” đây là cái thấy của phái Yogacharin hay Chittamatin, (*sems-trampa*). Ngài cũng giới thiệu nhiều nguyên do tranh luận trong việc hỗ trợ những luận điểm này. Nếu chúng ta nghe những trình bày như vậy, hay đọc chúng trong sách hoặc học trong lớp, chắc chắn chúng ta đã được giới thiệu vào bản thể của thực tại trong một phạm vi nào, nhưng nó chỉ tồn tại ở sự thông thái và hoàn toàn không là kinh nghiệm trực tiếp. Tuy vậy có những phương pháp khác để giới thiệu vào bản tâm nhanh chóng hơn.

Kế đó, trong hệ thống Tantra của Mantra Bí Mật Vajrayana (*gsang sngags rdo-rje theg-pa*), chúng ta thấy bốn quán đánh (đã nhắc ở trên), trong lần quán đánh thứ ba- quán đánh trí huệ, chúng ta được giới thiệu vào một trí huệ khuôn mẫu (*dpei' yeshe*) hay trí huệ bằng con đường ví dụ, trong hình tượng của người phối ngẫu nữ gọi là Yogini hay Dakini. Một cách biểu tượng, hình của ngài là một phụ nữ nhảy múa không che đậy với một khăn quàng phủ lên vai. Rồi, dựa vào kinh nghiệm mẫu này, trong lần quán đánh thứ tư, chúng ta tiếp nhận từ vị thầy một giải thích ngắn gọn liên quan đến bản tâm. Trong cách này, chúng ta đã được giới thiệu vào một trí huệ chân thực (*don gyi ye-shes*), là ý nghĩa thực tế.

Do vậy, như những hành giả tham gia hệ thống sutra bằng con đường phân tách hợp lý và với các kinh điển có thẩm quyền, chúng ta đi vào hệ thống Tantra qua quán đánh, nhưng những phương pháp tôn kính tiêu biểu này của Sutra và Tantra không phải của Dzogchen. Theo hệ thống của những hành giả cao hơn, Dòng các Đại Thành Tựu Giả (*sgrub brgyud*, Phạn Siddha-parampara) ở đây có nghĩa là những cá nhân thực hành Dzogchen, tiến trình đúng đắn là hành giả được giới thiệu trực tiếp vào trạng thái thiền định bằng cách trước tiên hòa nhập tâm thức vào những hoạt

động của hành giả (*sems kyi yal-ba ngo-sprod-pa*). Nếu hành giả quán sát tâm tìm niệm khởi lên, trụ lại và tan biến, cho dù cố gắng xem xét kỹ lưỡng, cũng sẽ không tìm thấy. Nó chính là “sự không thể tìm thấy” (*mi ruyed*) của niệm khởi lên, an trụ và tan biến, nó là cái lớn nhất của tất cả tìm kiếm. Niệm tưởng không khởi lên (*byung sa med*), không an trụ, (*gnas sa med*) và không tan biến đi (*'gro sa med*) vào bất cứ đâu, chúng không khởi lên bên ngoài cơ thể, cũng không khởi lên bên trong, chúng thực sự không có gốc rễ hay nguồn gốc (*gzhi med rtsa bral*). Giống như mây trên trời, chúng xuất hiện chỉ để tan biến. Niệm tưởng khởi lên ngoài trạng thái của tánh không và tan lại vào trạng thái của tánh không, đại diện cho khả năng thanh tịnh, chúng ta chỉ quán tâm mình để phát hiện điều này cho chính ta – và Shuyata này, trạng thái tánh không, trong thực tế là tinh hoa thực sự của Tâm (*sems kyi ngo-bo stong-pa nyid*).

6.- Bắt đầu thực hành : Tập trung và học buông lỏng

Trách nhiệm đầu tiên của hành giả mới tu Dzogchen (*dang-po*) là học buông lỏng (*lhod-pa*), vì nếu không buông lỏng ngay từ lúc khởi đầu, chúng ta sẽ thấy chính mình quá tràn đầy năng lượng tâm linh và kết quả dòng niệm tưởng làm choáng ngợp tâm thức chúng ta. Chúng ta sẽ thấy chính mình bị hoang mang vô tận (*g.yeng-pa*). Khi bề mặt tâm thức ta bị hoang mang, rối loạn bởi những làn sóng hỗn độn và thay đổi bất thường của vọng niệm (*'khrul rtog gi rba-rlabs' tshub-pa*). Những niệm lan man thô này sẽ chạy theo đối tượng của nó (*yul gyi rjes su 'brang-ba'i rnam-rtog rags-pa*) sẽ ngăn che khuôn mặt thật của bản tâm (*sems nyid kyi rang zhal bsgribs*) giống như đám mây dày che phủ mặt trời trong không gian.

Vì vậy, ngay cả nếu Rigpa, sự tỉnh giác nội tại của bản tâm được giới thiệu vào lúc này, chúng ta sẽ không nhận ra được, và sự giới thiệu sẽ không được nhận biết. Dưới hoàn cảnh như vậy rất khó tự nhận biết (*rang ngo shes pa*). Vì thế để thuận tiện cho sự giới thiệu, những niệm thô này phải để tự chúng trong sáng và ổn định (*rags-pa'i rnam-rtog dangs gzhung*) khiến tâm chúng ta trở nên tĩnh lặng và trong sáng. Điều này giống như để cặn-bụi trong nước hỗn loạn được lắng xuống làm sông hay hồ trở nên trong trẻo. Tiến trình làm tĩnh lặng tâm khởi đầu này được biết là Shamatha (*Zhi-gnas – chỉ*) và điều này phải hoàn tất trước khi thực hiện giới thiệu.

Để buông lỏng tâm và phát hiện trạng thái tĩnh lặng (*guns-pa*) ở đó niệm tưởng không làm xao lãng, thật cần thiết chúng ta phải thực hành tập trung (*gtag-pa*) tâm thức vào một số đối tượng thiền quán (*dmigs bcas*). Bất cứ đối tượng nào không quá sức chú tâm đều thích hợp, nhưng trong truyền thống Dzogchen đặc biệt trong Dzogchen Semde, chúng ta tập trung quán tưởng vào chữ A Tây Tạng màu trắng, treo lơ lửng trên không phía trước. Nếu tâm thức bị kích động, đau khổ (*rgod-pa*) hãy hạ chữ quán tưởng xuống, nếu hôn trầm hãy quán chữ được nâng lên. Mặt khác, chữ A trắng được giữ ở khoảng giữa hai mắt tại một khoảng cách thích hợp trong hư không. Chúng ta bắt đầu thiền định theo tư thế thông thường trên một đệm thích hợp,

điểm chủ yếu là giữ cột sống lưng thẳng đứng. Sau đó quán chữ A trắng trong lúc tụng “Ahhh...” chậm rãi và nhiều lần. Trong cách này, sự tập trung, năng lượng và quán tưởng của chúng ta tất cả đều hòa nhập, và sự hòa nhập này hỗ trợ việc tập trung. Chú tâm mạnh vào chữ A không để bất kỳ một khoảng trống nào cho những niệm lan man khởi lên. Sau khi tập trung mạnh mẽ, hãy buông lỏng một ít và điều này làm tư tưởng khởi lên lại. Những niệm khởi lên không thành vấn đề, chừng nào còn sự chú tâm của ta trên chữ A, không nên xao lãng trong thực hành này, ngoài ra, chúng ta nên dành cho mình một số khoảng trống và chỉ thực hành những thời ngắn.

Khi chúng ta hoàn toàn cảm thấy quen thuộc với thực hành chú tâm vào một đối tượng, sau đó có thể thực hành chú tâm không đối tượng (*dmigs med*). Ở đây chúng ta thay đổi việc quán chữ A trắng ở phía trước đơn giản bằng sự tập trung vào cùng vị trí nhưng trống rỗng.

Nếu cố gắng chú tâm đè nén niệm tưởng, chúng ta sẽ thấy phương pháp này không thành công. Thứ nhất, vì sự xuất hiện của niệm tưởng là chức năng tự nhiên của tâm. Trạng thái tĩnh lặng của tâm không có niệm không phải tốt, và có niệm khởi lên không hẳn là xấu. Thật sai lầm khi nghĩ theo cách này, sự đánh giá và kết luận làm chướng ngại nhiều hơn cho tiến trình. Cả hai trạng thái tĩnh lặng và động niệm (*gyu-ba*) chỉ là kinh nghiệm mà chúng ta có trong thiền định. Trong thực hành, không nên dính mắc vào những kinh nghiệm như vậy, không chấp nhận cũng không từ khước chúng (*spang blang med-pa*). Những kinh nghiệm này đơn giản hãy để là tự chúng; và nếu tâm không có sự can thiệp hay làm gián đoạn niệm tưởng, chúng sẽ tan biến trở lại vào hoàn cảnh nguyên thủy của chính chúng (*rang sor zin*). Điều kiện nguyên thủy này là trạng thái của Shuyata, hay tánh không (*stong-pa nyid*).

Thứ hai, nếu tâm chúng ta cố gắng can thiệp và thúc đẩy những niệm này dưới giới hạn của ý thức, chúng đơn giản sẽ hấp thụ một số năng lượng tương đương với việc dùng nỗ lực đàn áp chúng. Và ngay cả nếu sự áp chế chúng có hiệu quả, chúng sẽ nạp đủ năng lượng đủ để gây rối loạn cho chúng ta trong tương lai, mặc dù tâm ý thức ta không thể nhận ra ảnh hưởng của chúng. Ở đây, sự tập trung của tâm làm việc một cách gián tiếp. Vì năng lượng của sự chú tâm tập trung ở một nơi khác hơn trên khả năng của niệm lan man này. Bởi sự tập trung ý thức của chúng ta trên một số đối tượng thiền quán, chẳng còn chỗ cho những niệm lan man khởi lên và chúng chẳng nhận được nạp một năng lượng mới nào.

Vì thế, sự buông lỏng là chìa khóa để thực hành Dzogchen, và vì lí do này, Dzogchen cũng được biết là “Đại buông lỏng” (*Chod-pa Chen-po*), có thể nói là, nó tiêu biểu cho trạng thái thâm sâu hoàn toàn buông lỏng. Điều này cũng là ý nghĩa của từ Thekchod, đã nêu lên trước đó. (Xem giới thiệu ở trên). Dzogchen không liên quan một số loại nỗ lực như xây dựng thân thể, một loại phát triển cơ bắp tâm linh, cũng không là điều thu được của một số khéo léo mà chúng ta không sở hữu được ở hiện tại. Hơn nữa, nó là một sự buông lỏng tất cả những căng thẳng về thân ngữ ý gây rối loạn và làm xao lãng chúng ta. Hoàn toàn buông lỏng căng thẳng, hãy để

cho những gì đã xuất hiện từ nguyên thủy tự nó biểu hiện tự do và cùng lúc. Tất cả điều này rất đơn giản. Nó là cái tại sao không dễ dàng hiểu được. Thông thường, chúng ta mong đợi điều này trên con đường tâm linh, chúng ta thiết lập để làm điều gì đó, đưa ra một số quy tắc, cố gắng thúc đẩy để cải thiện chính mình trở nên tốt hơn trước, nhưng điều này không phải là con đường của Dzogchen. Chúng ta chỉ nói buông lỏng và tỉnh thức, không có hôn trầm trong thiền định. Nó là trạng thái hoàn toàn buông lỏng, nhưng hoàn toàn linh hoạt (*lhug-pa*). Điều này cũng là lý do tại sao con đường Dzogchen được đặc tính hóa là không nỗ lực (*rtsol med*).

Khi chúng ta đơn giản để tâm ổn định không can thiệp, không cố gắng thay đổi nó (*rang sems ma bcos-par bzhag-pa*) trí tuệ xuất hiện (tỉnh giác nguyên thủy), nó là thanh tịnh quang đầu tiên (*'od gsal-ba'i ye-shes shar-ba*) giống như khi mây tan, ánh sáng mặt trời xuất hiện trong không gian. Điều kiện tự nhiên này (*guas-lugs*) không thể hiểu được với bất cứ phương pháp nào liên quan đến khái niệm tạo tác (*bcos-ma'i lam gyis guas-lugs ma rtogs-pa*). Vào lúc thực hành thiền định, không một mức độ phân tích, tranh luận hay nguyên nhân sẽ có thể giúp chúng ta trong bất cứ cách nào. Những nỗ lực như vậy sẽ chỉ xây dựng thêm những kết cấu khái niệm giam hãm chúng ta. Để chỉ rõ tỉnh giác nguyên sơ phát sanh cùng lúc hay trí tuệ, không trong con đường tạo tác hay xoay sở (*ma bcos lhan skyes-pa'i ye-shes*), bản văn nói về trạng thái “không có niệm lan man, không khuếch tán cũng không tập trung chúng” (*mi spro mi bsdo rnam-rtog med*).

7.- Phá vỡ những kinh nghiệm và niệm tưởng : Sự Tỉnh Giác Ngạc Nhiên

Vướng mắc vào kinh nghiệm

Khi hành giả là người mới bắt đầu (*dang-po-pa*) thực hành này ngay cả nếu tâm hành giả có thể tiếp tục trong trạng thái tự ổn định tự nhiên (*sems rang bzhag gnyug-ma'i ngang bskyangs*) (tức thiền định), cũng không thể để hành giả vượt lên những bám chấp vào kinh nghiệm trong thiền định (*nyams zhen*). Đó là những kinh nghiệm chính của cảm giác hỷ lạc (*bde-ba'i nyams*), kinh nghiệm trong sáng (*gsal-ba'i nyams*), và kinh nghiệm tập trung hay sự vắng bật niệm tưởng (*mi rtog-pa'i nyams*): Khi những kinh nghiệm thiền định này xảy ra và tự mình vướng mắc vào chúng (*zhen-pa*), vậy chúng ta có thể làm gì được? Để tự giải thoát mình không bị bám chấp vào kinh nghiệm (*nam zhen gyi sbubs dang bral*) và để hiển lộ điều kiện tự nhiên của Giác Tánh nội tại không che đậy, bất kỳ những gì khởi lên không cách nào ngăn che được (*rig-pa gcer-ba zang ma thal byung gignas-lug rjen-par ston-pa*) đó là, để nhận ra trạng thái *gnas-lugs* (trạng thái tự nhiên của hiện hữu) khiến thoát khỏi bất kỳ việc khoắc vào những khái niệm nào – chúng ta phát âm PHAT đột ngột để phá vỡ niệm tưởng (*thol byung blo rdog PHAT*). Chữ PHAT này phá tan những niệm khởi lên giống như sấm chớp chẻ đôi một cây lớn.

Hành động này chặn đứng dòng chảy và sự tương tục của tâm thức chúng ta (*rnam-rtog gi rgyun thag gcod-pa*). PHAT mãnh liệt (*drag*) và cô đọng này (*ngar thung*) đặc biệt quan trọng vì nó phá vỡ thiên định của chúng ta đã tạo tác và thiết lập bởi những hoạt động tâm linh của mình (*blo byas kyi sgom-pa*, *'jig-pa*) có thể nói có những tưng niệm như “Đây là Rigpa” hay “Đây là Tâm” (*sems 'di yin*) v.v... Trong cách này, chúng ta thoát khỏi tất cả khái niệm (*gza 'gtad thams-cad dang bral-ba*) vì vậy ta giải thoát thực sự khỏi chúng (*grol-ba mngon du gyur-pa*). Và đánh thức tất cả những tồn tại, là một tỉnh giác sắc bén kinh ngạc (*hal-de-ba*).

Tâm và bản thể của tâm

Yếu tố quyết định để hiểu tất cả điều này là nền tảng phân biệt tạo trong Dzogchen giữa bản thể của tâm và tâm thức hay tiến trình của niệm tưởng, dòng niệm lan man không ngưng nghỉ liên tục khởi lên trong tâm. Trong sự hướng dẫn của ngài, vị thầy so sánh bản tâm chúng ta với một gương có độ phản chiếu cao, có những đặc tính trong sáng, thuần khiết và trong trẻo, và tất cả niệm tưởng, cảm xúc, kích thích, cảm nhận, cảm giác v.v... của chúng ta giống như sự phản chiếu trong gương này. Tỉnh giác nội tại, trạng thái hiện diện tức thời; giống như khả năng của gương phản chiếu tất cả những gì đặt trước nó, dù thiện hay ác, sạch hay dơ, xấu hay đẹp. Và sự phản chiếu này không làm thay đổi tính chất của gương, cũng vậy, những niệm lan man không làm biến đổi tính chất của tâm. Khi hòa nhập vào trí huệ tỉnh giác nội tại này, chúng ta sống trong tình trạng của tính chất gương. Nhưng thiếu tỉnh giác và vô minh, chúng ta sống trong tình trạng phản chiếu, cho rằng bất cứ những gì khởi lên trong tâm bằng cách nào đó là có thực và quan trọng. Những phản chiếu này, nguyên gốc có tính chất của ánh sáng cầu vồng, vì vô minh và ngăn che, dần dần dẫn đến đóng khối và mờ đục, trở thành thế giới vật chất chung quanh chúng ta. Chúng ta trở nên bám chấp vào ảo ảnh hay phóng ảnh của chính mình, tiêu biểu cho vòng tồn tại từ vô thủy mà chúng ta biết là Samsara. Tất cả những điều này bắt nguồn từ việc thiếu trí huệ. Tuy nhiên, trong cả hai trường hợp, hoặc hiện hữu cái thấy thanh tịnh của Nirvana hay nghiệp kiến bất tịnh của Samsara, nó cùng tính chất với tâm nhận biết chúng. Tương tự, gương phản chiếu tất cả đối tượng đặt trước nó, dù tốt đẹp như Nirvana hay xấu xí như Samsara. Không có sự thay đổi trong bản chất của tâm cũng như không có thay đổi trong tính chất của gương, và vì thế, chúng ta nói trạng thái này là thanh tịnh nguyên thủy. Khi giáo lý Dzogchen nói về trạng thái Nguyên Sơ hay Nền Tảng (*ye zhi*) nó chính là bản tâm này hiện hữu trong hoàn cảnh của chúng sanh như chính nó là (*ji bzhin nyid*), đó là ý nghĩa. Nó là trạng thái vượt lên tâm thức và vượt lên cả hai Luân hồi, Niết bàn.

Nếu điều này không đúng, chúng ta không có khả năng đạt được trạng thái giác ngộ của Phật Tánh, cho dù với bao nhiêu thời gian thực hành Giáo Pháp, tích lũy vô số công đức và trí huệ. Trong ý nghĩa tối hậu, chúng ta không thể trở thành hơn những gì chúng ta đã hoàn toàn có trong cốt lõi. Nhưng vì chư Phật đã xuất hiện

trong vô số hệ thống thế giới, và không chỉ trên trái đất của chúng ta. Rõ ràng là khả năng nhận ra Phật tánh là phổ quát, và thật ra nó tiêu biểu cho khả năng sẵn có trong tất cả chúng sanh. Tuy nhiên Phật tánh của chúng ta không chỉ là khả năng theo như hệ thống Sutra, mà trong quan điểm của Dzogchen, nó hiện diện từ nguyên thủy (*ye rdzog*). Nó hoàn toàn được nhận ra và biểu hiện đầy đủ ngay từ khởi thủy như bản tâm của chúng ta, mặc dù mãi đến bây giờ, trước khi chúng ta được giới thiệu, nó đã không được nhận ra qua vô số kiếp.

Tập luyện Semdzin

Để đem sự phân biệt giữa bản tâm và tâm thức này vào kinh nghiệm lập tức của chúng ta là chức năng của luyện tập Rushan (*'khor 'das ru shan phye-ba*). ngoài ra, trong Bộ Dzogchen Upadesha có những bộ luyện tập khác, được biết là Semdzin (*sems 'dzin*) phục vụ cùng mục đích này. Nhiều Semdzin thấy trong bản văn Longde và Semde, nhưng danh sách 21 Semdzin thấy trong *Nyi-zla kha-sbyor* Tantra được sử dụng nhiều trong hệ thống Dzogchen Upadesha. Ngài Longchen cũng giải thích một số chi tiết về những Semdzin này mặc dù giải thích của Ngài có phần khác trong những tantra trên. Từ *semd'zin* dịch sát có nghĩa “giữ hay tập trung (*'dzin-pa*) tâm (*sems*)”.

Theo Longchenpa, Semdzin chia thành ba nhóm bảy bài tập. Nhóm đầu tiên giúp hành giả thấy trạng thái tĩnh lặng, vì vậy luyện tập này tương tự như thực hành Samatha (chỉ). Khi hành giả an trụ trong trạng thái tĩnh lặng, có thể thấu suốt rõ ràng và phân biệt chính xác những chuyển động của niệm. Bài tập trong nhóm thứ hai giúp hành giả phát hiện mối tương quan giữa thân và tâm. Và nhóm thứ ba giúp khám phá tính chất của hoàn cảnh riêng hành giả .

Luyện tập thứ nhất trong nhóm đầu tiên liên quan đến việc chú tâm vào chữ A Tây Tạng ở đầu mũi hành giả . Kết nối chữ với hơi thở, đi ra hư không khi thở ra và trở lại đầu mũi khi hít vào. Sự tập trung này hạn chế sự xuất hiện những tư tưởng ngoại lai; đã giải thích trước đây. Tuy nhiên, bài tập thứ hai trong cùng nhóm liên quan đến việc phát âm chữ PHAT! phá tan lập tức những tư tưởng và bám chấp của hành giả. Một cách biểu tượng, hai phần của chữ chỉ hai khía cạnh của giác ngộ, đó là PHA, biểu tượng cho Phương Tiện (*thabs*) và TA biểu tượng cho Trí huệ (*shes-rab*). Chữ này cũng sử dụng nhiều trong Chod (*gcod*), thực hành cắt đứt những bám chấp vào ngã. Nó là bài tập Semdzin mà Patrul Rinpoche sử dụng ở đây để cung cấp một giới thiệu trực tiếp về trí huệ của Rigpa. Nó ngăn chặn tạm thời dòng chảy của tư tưởng và chúng ta thấy chính mình trong trạng thái của hư không và trong suốt. Trước tiên, chúng ta phải buông lỏng, và không theo bất cứ niệm nào khởi lên. Mặt khác, không nên cố gắng ngăn chặn chúng. Cứ buông lỏng, dần dần ta thấy hơi thở chậm lại và tương tự dòng niệm tưởng cũng từ từ chậm xuống, vì tư tưởng cưỡi trên năng lượng tâm linh (tương quan với hơi thở), cũng như kỵ sĩ cưỡi ngựa. Chúng ta tập trung vào một số đối tượng như chữ A trắng hay một vị trí nào trong hư không. Mắt

không được chuyển động, vì sẽ gây ra khởi niệm. Thoạt tiên, sự tập trung mạnh mẽ của chúng ta không còn chỗ cho niệm khởi lên, nhưng sau đó khi buông lỏng sự tập trung một chút, niệm lại khởi lên. Khi đó chúng ta phát âm PHAT! đột ngột và sắc bén. Ví dụ khi chúng ta ngồi im lặng, và có ai đó ở phía sau ta không báo trước đột ngột nổ súng, chúng ta bị chấn động và giật mình, đến mức tiến trình tư duy tự nó ngưng lại và ngắt ngang đột ngột trong một lúc. Trạng thái trong đó chúng ta thấy chính mình gọi là had-de-ba “Tĩnh giác ngạc nhiên”. nhưng tình trạng had-de-ba không phải là Rigpa, trạng thái của thiền định- trạng thái của chấn động (shock) chỉ là một kinh nghiệm. Tuy nhiên qua kinh nghiệm này, chúng ta có thể có một số hiểu biết và cảm nhận về ý nghĩa của Rigpa. Vấn đề phát hiện trạng thái của Rigpa giống như vấn đề cố gắng giải thích sự ngọt cho những người chưa từng nếm vị ngọt, như đường.

Trạng Thái Tĩnh Giác Ngạc Nhiên

Trong trạng thái thiền định, chúng ta thoát khỏi mọi khái niệm (*gtad-so dang bral-ba*) và tìm thấy chính mình trong trạng thái của Pháp Thân (*chos-sku'i ngang-na*), đó là; trong Giác Tánh thấu suốt trực tiếp không che đậy (*zang-thal rjen-pa'i rig-cha*) chỉ còn lại như chính nó là, một trí tuệ hay tĩnh giác bản nhiên vượt lên tâm thức (*sems las 'das-pa'i ye-shes ji bzhin*), trạng thái chấn động hay tĩnh giác ngạc nhiên này thấu suốt trực tiếp (*hal-de-ba la zang-thal-le*). Nó vượt lên tâm vì lúc đó tâm không hoạt động. Dòng tư tưởng theo thói quen bị chặn đứng và ngưng lại một lúc, và chúng ta thấy chính mình trong một trạng thái linh hoạt ngạc nhiên, ở đó không có niệm tưởng – chỉ có tĩnh giác. Chắc chắn điều này không phải là trạng thái vô thức, ngay cả dù không có sự hiện diện của niệm. Nhưng nếu chúng ta phát âm PHAT! mà không hòa nhập tĩnh giác và tánh không làm chúng không rời nhau (*rig stong dbyer med*), sự luyện tập sẽ không ích lợi và hal-de-ba này không khác với loại kinh nghiệm vô niệm (*mi rtog-pa'i nyams*). Chúng ta bị mất mát trong kinh nghiệm và bỏ lỡ dấu vết Rigpa.

8./ Trạng Thái Hiện Nhiên và Phi Chương Ngại của Trí Huệ

Rigpa và Prajnaparamita

Trạng thái phi chương ngại, không ngăn che và hiện nhiên của trí huệ hay tĩnh giác bốn nguyên (*ye-shes zang-thal*) đi theo sự đánh thức của PHAT! chỉ của riêng nó và không gì khác. Nó vượt lên tất cả thái cực hay giới hạn của hiện hữu và phi hiện hữu, cũng như sự tạo tác và hủy diệt (*skye' gag yod med la sogs-pa'i mtha' las' das*). Nó là trạng thái tự hiện hữu vượt lên tất cả đối tượng của tư duy và tất cả nỗ lực của ngữ và ý (*ngag dang yid kyi rtsol rtog gi yul las 'das-pa'i rang guas*). Nó đại

diện cho điểm trọng yếu của tỉnh giác nguyên sơ bất khả tư nghị (*ye-shes brjod bral*). Như đã trình bày trong Prajnaparamita Sutra, “Trí Huệ Viên Mãn không thể nhận thức bằng trí thông minh, và không thể mô tả bằng lời (*blo ‘das brjod bral*). Nó không sanh không diệt (*skye ‘gags med-pa*). Tính chất của nó giống như hư không. Chúng ta không thể chỉ ra hư không này vì nó vô hình và không phải là một đối tượng cụ thể. Chúng ta không thể nói hư không đến từ một nơi nào đó hay đi đến chỗ nào khác. Tính chất của tâm cũng giống như hư không, nó không phải là không có gì, vì nó có đặc tính trong sáng rõ ràng và chiếu sáng tất cả mọi việc trong Luân Hồi và Niết Bàn.

Trong hệ thống Sutra, Prajnaparamita được gọi là Mẹ của tất cả Chư Phật của Ba Thời. Và trong khía cạnh Dzogchen, Rigpa được nhận ra với Prajnaparamita. Nó là Mẹ của tất cả Chư Phật vì không dựa vào trạng thái tỉnh giác nội tại tức thời, chúng ta hoàn toàn không thể nhận ra Phật tánh. Vì thế chúng ta sẽ tồn tại như một chúng sinh vô minh bị giam hãm trong vòng đầu thai từ vô thủy. Đây là điểm trọng yếu. Giác tánh này an trụ như nền tảng, là Pháp thân, và giác tánh nội tại này tiêu biểu cho cốt lõi của chúng ta cho đến nay. Trạng thái này thanh tịnh bản nguyên và thoát khỏi tất cả khái niệm vi tế (*spros bral*). Nếu ta nhận ra và an trụ trong trạng thái này, đây là sự thực hành đúng của Dzogchen. Nhưng nếu không nhận ra nó, tâm thức chúng ta sẽ xây dựng những cấu trúc tư tưởng, và cấu trúc xuất hiện cạnh chúng ta cũng giống như bức tường cạnh nhà tù, giam cầm và giới hạn khoảng hư không cho đến khi chúng ta cảm thấy ngột thở. Như có nói trong *gNas-lugs rdo-rje tshig rkang* của Jigme Lingpa “Không mất dấu vết rig-pa này, không cần gì khác.”

Nền Tảng

Giác tánh nội tại tức thời này an trụ như một nền (*gzhir gnas kyi rig-pa*) tự nó là Dharmakaya. Trong giới thiệu trực tiếp của Ngài, vị thầy giống như cái nền (*gzhi*) mở ra trong khoảng hư không trong vũ trụ vô hạn, trong khi Rigpa, tiềm năng của nó để tỉnh giác, giống như mặt trời chiếu sáng trong bầu trời. Năng lượng hay tiềm năng của Giác Tánh này (*Rig-pa ‘i rtsal*) trí huệ của nó giống như (*ye-shes*) vô số tia sáng của mặt trời chiếu sáng tất cả sự vật trên thế gian. Điều này rất dễ thấy trên một ngày trong sáng không mây, như trong trường hợp xứ Tây Tạng khô khan. Nhưng vào những ngày khác (đó là, trong những kiếp khác nhau hay kinh nghiệm tái sanh trong Luân Hồi) bầu trời có thể đầy những đám mây. Mặt trời vẫn ở trong bầu trời đó, chiếu sáng mọi lúc, nhưng bởi những đám mây dày, chúng ta không thể thấy và không nhận ra sự hiện diện của mặt trời. Nhưng nếu mặt trời không có trên những đám mây, tất cả thế giới quanh ta sẽ hoàn toàn đen tối. Không có ánh sáng mặt trời xuyên thấu những tầng mây, chúng ta hoàn toàn không thấy gì. Tương tự như Phật tính sẵn có của ta, dấu vết hiện diện của nó là chúng ta hiện hữu như chúng sanh sở hữu tỉnh giác và ý thức. Không có sự hiện diện của nó, sẽ không có tỉnh giác và ý thức. Sự hiện diện này đã tồn tại trong vũ trụ ngay từ lúc khởi đầu, giống như hư

không rộng mở bao la, nó kết dính không tách biệt với sự hiện hữu của chúng sanh và không đến với những cá nhân lịch sử nào cũng như không do đấng sáng tạo làm ra. Trong tinh hoa của nó, vượt lên thời gian và hoàn cảnh, ngay cả trước cái gọi là “big-bang” (sự nổ của vũ trụ), âm thanh của sáng tạo đem vũ trụ thành hiện hữu, cũng không có ý thức hay tỉnh giác trong vũ trụ này. Giác tánh không hình thành chúng sanh ngoài sự hiện hữu, nhưng hiện hữu hình thành chúng sanh ngoài sự tỉnh giác.

Bodhichitta

Nền tảng của tất cả hiện hữu là thực hành nguyên sơ của chúng ta, là Phật tánh sẵn có. Trong bản văn Dzogchen hiện hữu nhiều sắp xếp khác nhau cho trạng thái nguyên sơ này, đặc biệt trong bộ Dzogchen Semde, nó cũng được gọi là Bodhichitta, như đã nêu trên. Bodhichitta ở đây không có nghĩa như trong hệ thống Sutra, đó là “tư tưởng giác ngộ” hay ý định kiên quyết đạt được Phật Tánh vì mục đích giải thoát tất cả chúng sanh. Chúng ta phải luôn luôn cẩn thận không phiên dịch, hoặc quên phiên dịch bản văn Dzogchen về mặt Sutra và Tantra. Mỗi bình diện, hoặc Sutra hoặc Tantra hay Upadesha đều có quan điểm và phương pháp luận riêng, ngay cả những chữ Tây Tạng có giá trị tương tự xuất hiện trước mặt. Chúng ta phải thấy ý nghĩa và không chỉ là những chữ, để tránh những khó khăn và lầm lẫn. Nói chung, lực đẩy của Dzogchen là bản thể học hơn là học thuyết triết học về tri kiến như trong trường hợp với những triết gia Đạo Phật Ấn Độ của học phái Madhyamika (Trung Quán) và Chittamatra (Duy Thức). (Xem phần Ba ‘Lịch sử nguồn gốc Dzogchen ‘).

Trong mạch văn Dzogchen, từ Phạn Bodhichitta dịch sang Tạng ngữ là *byang-chub kyi sems*, dịch nghĩa như sau, *byang* nghĩa là “thanh tịnh nguyên sơ”, *chub* nghĩa là “viên mãn” đó là *lhun-grub* hay “tự viên mãn tự nhiên”. Cuối cùng *sems* nghĩa là không phải “tâm” hoàn cảnh của tiến trình tư duy, mà là *sems-nyid* “Tính chất của tâm”. Sự thanh tịnh nguyên sơ và viên mãn tự nhiên này tồn tại hợp nhất không tách biệt (*ka dag lhun-grub dbyer-med*) như hai khía cạnh của Trạng Thái Nguyên Sơ duy nhất, đó là Phật Tánh.

Tinh túy, Bản chất và Năng lượng.

Trạng thái nguyên sơ này, Cái Nền, là một sự hợp nhất không tách biệt nhưng để nói về biểu hiện của nó, chúng ta phân biệt ba khía cạnh (*chos gum*): Tinh Tuý (*ngo-bo*), Bản Chất (*rang-bzin*) và Năng Lượng (*thugs-rje*) của nó. trong hệ thống Sutra, Tạng ngữ *thugs-rje* dịch từ chữ Phạn *karuna* “lòng bi”, nhưng trong mạch văn Dzogchen nó có nghĩa “năng lượng” của trạng thái nguyên sơ. Năng lượng này không ngưng nghỉ, không chướng ngại (*ma ‘gags-pa*) và tỏa khắp (*kun khyab*) mọi nơi. Tinh túy của tâm là thanh tịnh nguyên sơ, là tánh không và là Pháp Thân [Dharmakaya]. Tánh chất của nó là chiếu sáng rõ ràng (*gsal-ba*), tự viên mãn tự nhiên, và đây là Samboghakaya [Báo Thân]. Năng lượng của nó không chướng ngại

và tỏa khắp (*ma 'gags kun khyab*) tiêu biểu sự không thể tách rời tánh không và tánh sáng (*gsal stong dbyer med*) và đây là Nirmanakaya. Ba khía cạnh này của trạng thái nguyên sơ là Phật tánh được biết là Trikaya của Nền Tảng (*gzhi'i sku gsum*).

Trikaya

Trong hệ thống Sutra và Tantra, chúng ta dịch Trikaya là Ba (*sku*) Thân (*gsum*) của chư Phật ; tức Pháp Thân, Báo Thân, và Hóa Thân. Điều này ám chỉ ba bình diện bản thể học biểu hiện của Phật tánh như yếu tố cơ bản của giác ngộ. Nirmanakaya biểu hiện trong thời gian, lịch sử về mặt vật chất, hư không , các vì sao và những dự kiến tâm linh của hoàn cảnh hiện hữu (*samsara*). Do đó bản văn nói về sự biểu hiện của Nirmanakaya không rõ ràng (*ma nges-pa*) vì chúng có thể xuất hiện tại nhiều nơi và thời gian khác nhau. Tuy nhiên Samboghakaya chỉ xuất hiện ở trung tâm và cao nhất của tất cả hiện hữu vượt lên thời gian và lịch sử gọi là Akanistha (*'og-min*) [không có gì cao hơn]. Samboghakaya này được nói sở hữu năm chắc chắn (*nges-pa lnga*): Vị trí (*gnas*), Thời gian (*dus*), Đạo sư (*ston-pa*), Người nghe (*'khor*), và Học thuyết (*chos*) phi thường. Chúng không xuất hiện ở bất cứ đâu ngoài Akanistha; trung tâm của tất cả hiện hữu và là nguồn của tất cả chúng sanh. Nó không hiện hữu ở bất cứ đâu trong giai đoạn của thời gian và lịch sử, mà duy nhất an trụ trong khoảnh khắc phi thời gian của vĩnh cửu. Và nó chỉ xuất hiện như vị Thầy Tối Thượng (một cách cá nhân như Vajrasattva hay tập hợp Năm vị Phật thiền), chỉ trình bày chi tiết phần lớn những giáo lý mật truyền cao nhất của Đại Thừa và Kim Cang Thừa cho cử tọa ở các cõi cao chỉ bao gồm các đại Bồ Tát mà sự tiến hóa tâm linh đạt từ địa thứ bảy đến thứ chín. Dharmakaya cũng sở hữu những chắc chắn như vậy, nhưng nó vượt lên tất cả vị trí trong thời gian và không gian, và nó là tất cả sự tỏa khắp, vượt lên mọi giới hạn và hình tướng, vượt lên nhận thức của trí thông minh hay sự diễn tả bằng lời. Sự mô tả thích hợp với Dharmakaya chỉ là một im lặng sâu xa.

Nhưng trong mạch văn Dzogchen; những thuật ngữ này được dùng đặc biệt lạ kỳ hơn. Trong hệ thống Sutra và Tantra, Trikaya – Ba Thân Phật, tiêu biểu cho Quả hay mục tiêu được nhận ra vào lúc cuối của con đường tâm linh. Nhưng trong cái thấy của Dzogchen chúng hoàn toàn hiện diện ngay từ lúc khởi đầu, sẵn có trong Nền Tảng của Trạng Thái Nguyên Sơ như Tinh Túy, Bản Chất, và Năng Lượng của nó. Dharmakaya là sự rộng mở và hư không thâm sâu của bản tâm, Samboghakaya là sự soi sáng rõ rệt, và Nirmanakaya là năng lượng vô tận tỏa khắp của nó.

Trong hệ thống Sutra, chúng ta nói về Nền nhu Phật Tánh sẵn có trong ta, Tathagatagarbha “Thai của Phật Tánh” [Như Lai Tạng] giống như hạt giống rơi ra ngoài của một cây Phật Tánh vĩ đại sẽ phát triển trong tương lai. Nó là Phật Tánh trong tiềm năng. Nhưng vì nó chỉ tiêu biểu cho tiềm năng trong chủng tử hay nguyên nhân, nên cần nhiều nguyên nhân và hoàn cảnh phụ (*rkyen Phạn. pratyaya*) để đem lại sự xuất hiện của Quả. Chúng ta phải thực hành sáu viên mãn, tích lũy nghiệp

công đức và trí huệ trong vô số kiếp trải dài trên ba vô lượng Kalpas, để đạt được sự giác ngộ của Phật tánh. Những hoạt động này giống như những yếu tố phụ cần thiết để trau dồi và nuôi dưỡng hạt giống này như đất, nước, thời tiết thích hợp... giúp nảy mầm và phát triển. Và Quả là sự biểu hiện của Ba Thân, giống như trái cây phát triển trên cây trưởng thành vào mùa thu hoạch. Nói khác đi, có một con đường hay tiến trình đem ta đến mục tiêu – sự giác ngộ của Phật tánh.

Nhưng tất cả điều này hoàn toàn khác trong Dzogchen, ở đây Nền là Trikaya, Con đường là Trikaya, và Quả là Trikaya. Chúng ta hoàn toàn không đi bất cứ đâu, vì chúng ta đã đến mục đích trước khi bắt đầu trên con đường. Nó giống như cả một cuộc đời chúng ta tìm kiếm kho báu vĩ đại khắp thế gian, khi tìm ra; nó lại được chôn dấu ngay trong nhà mình. Nhưng nếu đúng là như thế, tại sao chúng ta lại phải thực hành? Bởi vì, mặc dù Phật tánh đã hiện diện từ nguyên thủy như bản tâm, chúng ta đã không nhận ra điều này và theo thói quen lại tìm kiếm ở nơi khác. Dù rằng đó là nền tảng duy nhất, nó hiện hữu hai con đường, con đường của mê lầm (*'khrul lam*), và con đường giải thoát, và kết quả có hai Quả, những chúng sanh mê lầm bình thường (*sems-can*) và chư Phật giác ngộ (*sangs-rgyas*). Mây mù phải được xua tan trước khi chúng ta có thể thấy mặt trời. Đây là điểm chủ yếu của thực hành trên con đường.

Nền có ba khía cạnh tương ứng với cấu trúc chữ Bodhichitta trong phiên dịch Tạng ngữ – byang chub sems – và có thể lập thành bảng như sau :

BYANG	CHUB	SEMS
Thanh tịnh	Viên mãn	Tâm
NGO-BO	RANG-BZHIN	THUG-RJE
Tinh túy	Bản chất	Năng lượng
STONG-PA NYID	GSAL-BA	MA'GAGS-PA
Tánh không	Trong sáng	Phi chương ngại
KADAG	LHUN-GRUB	DBYER-MED
Thanh tịnh nguyên sơ	Viên mãn tự nhiên	Không thể tách
CHOS-SKU	LONGS-SKU	SPRUL-SKU
Dharmakaya	Samboghakaya	Nirmanakaya

Cái Thấy Chân Thật là Trạng Thái của Thanh Tịnh Nguyên Sơ

Thanh tịnh Nguyên Sơ là sự thoát khỏi tất cả khái niệm vi tế (*ka dag spros bral*), là cái thấy chân thật (*don gyi lta-ba*) thuộc về con đường của các Yogin (*rnal 'byor lam*) có thể nói là Dzogchen. Tuy nhiên, ngay cả dù chúng ta thực hành thiền định, trừ khi nhận ra Rigpa, chúng ta sẽ không vượt lên được cái thấy, và thiền định chỉ là ý niệm tạo tác bởi những hoạt động của trí thông minh (*blo byas bcos-ma'i lta sgom las mi 'da-ba*). Thế nên, kiến và thiền của chúng ta sẽ xa rời con đường chân thật của Dzogchen, Đại Viên Mãn Tự nhiên (*rang-bzhin rdzogs-pa chen-po'i lam*). Trong

trường hợp đó, chúng ta sẽ không tìm thấy ở đây điểm trọng yếu của vòng thực hành Thanh Tịnh Quang đó là phi thiên định (*bsgom med 'od gsal gyi 'khor-lo'i gnad med-pa*). Nó được gọi là phi thiên định vì sự thiên định vượt lên sự làm việc của tâm [3]. Thế nên, vấn đề sát sườn là nhận ra lập tức giác tánh nội tại này, là trạng thái biểu hiện của Dharmakaya (*chos-sku'i rig-pa ngos zung shig*).

Đây là thực nghĩa của điểm trọng yếu (*gnad don*) đó là trình bày thứ nhất của Garab Dorje. Nếu không có sự giới thiệu về Rigpa bằng phương tiện của cái thấy, thì không có lý do để tiếp tục trong trạng thái của Rigpa bằng phương tiện thiên định. Chúng ta sẽ chỉ ngồi đó và tạo tác nhiều khái niệm, kết cấu tư tưởng hơn; bao quanh chúng ta mãi mãi dựng lên một hang động vô hình và không bao giờ nhận được giải thoát nội tại. Chúng ta phải vượt lên điều này, vượt lên tâm thức, để phát hiện giải thoát. Thậm chí không tồn tại một nguyên tử của niệm lan man trong trạng thái thiên định. Do vậy chúng ta phải được giới thiệu về cái thấy chân thật vào ngay lúc bắt đầu của con đường. Một khi được giới thiệu vào trí huệ này, giác tánh nguyên sơ là tự hiện hữu và luôn hiện diện trong chúng ta (*rang gnas kyi ye-shes rang las gnas-pa nyid*). Chúng ta sẽ không còn phải tìm kiếm thực nghĩa này ở nơi nào khác bên ngoài chúng ta. Nó không phải là việc sản sanh ra điều gì đó trong tâm thức của chúng ta mà chưa từng hiện hữu trước đó. Đây là ý nghĩa hiển nhiên về trình bày đầu tiên của Garab Dorje.

ĐIỂM TRỌNG YẾU THỨ HAI

9. Phát hiện Trạng thái Duy nhất của Giác Tánh

Một Quyết Định Dứt Khoát Duy Nhất

Trình bày thứ hai nói về việc đạt được một quyết định dứt khoát duy nhất hay sự phát hiện (*gcig thag-bcad-pa*). Nhưng trong trường hợp Dzogchen đây không phải là một quyết định trí huệ. Trên căn bản của sự thông tin gián tiếp hoặc trên nền tảng duy nhất của niềm tin, một cá nhân thực sự có thể đi đến một quyết định, nhưng nếu chúng ta không phát hiện cho chính mình điều gì là trọng tâm của nguyên lý, quyết định này là một sai lầm cơ bản. Có thể trên cơ sở thông tin chi tiết và chuyên đề, chúng ta đi đến một quyết định về tính chất của một số đối tượng huyền bí mà chúng ta không thấy. Khi thông tin mới đến, chúng ta phải xem lại hay thay đổi quyết định của mình theo tính chất của nó. Tuy nhiên, nếu phát hiện thực tế điều gì qua kinh nghiệm riêng của chúng ta, không cần đòi hỏi phải đi đến một quyết định trí huệ vì chúng ta hoàn toàn xác định cho chính mình điều kiện thực của nó.

Tạng ngữ *thag-bcad-pa*, nguyên nghĩa là “cắt dây” có nghĩa “quyết định hay tạo sự dứt khoát”. Nhưng thuật ngữ này không phải là ý nghĩa thực trong mạch văn Dzogchen. Khi quyết định chúng ta dùng tâm thức hay trí huệ. Chúng ta xem xét

bằng chứng hay chấp nhận vấn đề trên niềm tin, sau đó đi đến quyết định bằng trí thông minh hay nghĩ “nó giống như vậy”. Nhưng quyết định này vì những lý do trên, không bao giờ hết hay chấm dứt hoặc vững chắc, nó luôn luôn là chủ đề thăm dò và xét lại. Vì mục tiêu thực hành trong đời sống hàng ngày, điều này thường đủ để đáp ứng. Nhưng một khi thấy hoàn cảnh của chính mình do vị thầy giới thiệu, mà ngài quen thuộc với nó, khiến chúng ta đi đến việc sở hữu một trí huệ chắc chắn (*nges-shes*). Do vậy, trong mạch văn Dzogchen; *thag-bcad-pa* có nghĩa xác định vấn đề một cách dứt khoát và rõ rệt qua kinh nghiệm trực tiếp mắt thấy tai nghe của chính mình.

Tuy nhiên, ngay cả dù chúng ta được giới thiệu vào trí huệ trực tiếp của đối tượng huyền bí này, sau này bạn bè chúng ta có thể đem pha những điều ta nói về nó và nghi ngờ về giải thích của chúng ta. Ngoài ra, những người được gọi là chuyên gia hay những học giả nghiên cứu khác có thể chống lại sự khẳng định này dựa trên sự thông thái bao la của họ, khiến chúng ta nghi ngờ việc mặt đối mặt với những đối tượng huyền bí của riêng mình. Nó giống với giới thiệu trực tiếp vào Rigpa hay trạng thái thiền định của chúng ta. Càng nhiều nghi ngờ khởi lên trong tâm khi nghe các chuyên gia thảo luận vấn đề và khi chúng ta đọc những so sánh hay chuyên khảo của họ. Chúng ta nghi ngờ chính kinh nghiệm của mình. Hoàn cảnh của chúng ta do văn hóa, xã hội, và giáo dục khiến phức tạp cái gọi là “chủ quyền” vì hoàn cảnh thực của họ được giáo dục và rèn luyện chuyên nghiệp hơn, mà ta thì không. Nhưng với Dzogchen nó không phải là vấn đề của các chuyên viên khoa học trong bộ áo choàng trắng hay y áo của các tu sĩ và các nón lụa kim tuyến kỳ lạ của những người Trung Quốc, hiểu về hoàn cảnh thực tế. Hoàn toàn trái ngược, Dzogchen là điều mà mỗi chúng sanh đều có thể tiếp cận trực tiếp.

Khi sự mới mẻ của ký ức chúng ta lần đầu gặp đối tượng huyền bí này nhạt dần, sự nghi ngờ tự nhiên nổi lên, và chúng ta bắt đầu suy đoán, tái diễn dịch vấn đề. Do vậy, một giới thiệu duy nhất không đủ để tiếp tục trên con đường, một niềm tin đơn độc không chở nổi chúng ta. Khi được giới thiệu vào trạng thái, chúng ta phải thực hành để có kinh nghiệm Rigpa nhiều lần. Chẳng hạn, giả dụ rằng trước khi chúng ta bắt đầu trở lại cuộc sống thế gian hàng ngày, vị thầy đưa cho ta một bản sao chiếc chìa khóa căn phòng giữ đối tượng huyền bí, để bất cứ khi nào chúng ta muốn trở lại căn phòng đó, mở ra, bật đèn trong một lát, và nhìn lại đối tượng huyền bí. Chúng ta có thể làm điều này nhiều lần vào bất cứ lúc nào trong ngày hay đêm khi muốn, và dần dần biết cách giữ cho đèn sáng lâu hơn. Ngoài ra, chúng ta có thể chính mình kinh nghiệm thấy, nghe, nếm, tiếp xúc đối tượng này. Chúng ta có thể xem xét chúng theo mỗi góc cạnh theo thỏa mãn của ta, để không còn bất cứ nghi ngờ nào về tính chất của nó. Và như thế, khi rời khỏi căn phòng giữ nó, trong ta không tồn tại sự nghi ngờ đối tượng huyền bí này. Chúng ta đã phát hiện nó cho chính mình và xác định rõ ràng tính chất nó. Ngay cả dù bạn bè tiếp tục cười nhạo và những chuyên gia có thẩm quyền tranh luận và không đồng ý, chúng ta không còn bị khuất phục. Vì

chúng ta có một trí huệ kiến chắc chắn không thể nghi ngờ về đối tượng huyền bí này, và vì chúng ta có một tiếp cận liên tục, trực tiếp với nguồn trí huệ. Đây là trạng thái của Rigpa và cũng là ý nghĩa của trình bày thứ hai (Ngài Namkhai Norbu Rinpoche lập lại giải thích ý nghĩa của trình bày thứ hai này là “không còn nghi ngờ” (*-tshom med-pa*), tuy vậy; đây không phải là sự dịch nghĩa đen của Tạng ngữ mà là một giải nghĩa hay chú thích về nó).

Một khi chúng ta được giới thiệu vào cái thấy, cách phát triển cái thấy này là qua thực hành thiền định. Ngược lại, bộ giáo lý Dzogchen đầu tiên, *Semde* hay Bộ Tâm, chủ yếu quan tâm đến giới thiệu trực tiếp vào Rigpa, bộ thứ hai *Longde* hay bộ không gian quan tâm đến quyết định dứt khoát bằng cách phát hiện trạng thái duy nhất của Rigpa này trong sự sanh ra nhiều kinh nghiệm do việc sử dụng nhiều phương pháp khác nhau. Do đó, trong hệ thống Dzogchen Longde chúng ta thấy cung cấp nhiều phương pháp và kỹ thuật vô song khác nhau của thực hành. Phát hiện trạng thái duy nhất lạ thường của Giác Tánh nội tại tức thời trong nhiều kinh nghiệm khác nhau này, không nghi ngờ gì, chúng ta sẽ gặp tính chất của nó.

Những Kinh Nghiệm Trong Thiền định

Trong thời thực hành thiền định, chúng ta sẽ có nhiều kinh nghiệm. Trước tiên, qua thực hành Samatha, hay tĩnh lặng tâm thức bằng cách tập trung chú tâm vào một đối tượng thiền quán (*dmig-bcas, mtshan-bcas*), sau đó đơn giản tập trung vào một điểm trên hư không (*dmigs-med, mtshan-med*) chúng ta phát hiện một trạng thái tĩnh lặng. Tuy nhiên, kinh nghiệm của trạng thái tĩnh lặng này không bị bất cứ niệm nào khuấy rối (*mi rtog-pa, Phạn - nirvikalpa*) không phải trong Giác tánh nội tại hay Rigpa. Nó chỉ là một kinh nghiệm thiền định. Nếu chỉ là một trạng thái tâm trống rỗng, chúng ta thoát khỏi mọi niệm tưởng, thật sự đại diện cho thiền định (*samadhi*), sau đó trong một trạng thái vô thức sửng sờ của giác ngộ giống như chúng ta say rượu nằm lăn ra đất vì không còn niệm tưởng khởi lên trong tâm. Hoặc như một con bò trong đồng cỏ sum xuê, đang thoải mái nhai cỏ, có thể là sự giác ngộ vì tâm của nó đột nhiên trống rỗng vào lúc đó. Trái lại, trạng thái như vậy chỉ là một sự trống rỗng lơ mơ hay trạng thái trung tính (*lung ma bstan*) và không phải là thiền định. Nó là một kinh nghiệm. Tất cả hệ thống thiền định thấy ở khắp thế gian này, dù Phật giáo hay Ấn giáo, xưa hoặc nay đều có nhiều phương pháp để đạt đến trạng thái tĩnh lặng này. Sự chỉ dẫn trong những phương pháp này trở thành một công trình được quan tâm rộng rãi trong phương Tây hiện nay. Nhưng việc nghĩ rằng thiền định chỉ là một trạng thái vô niệm (*mi rtog-pa*) là một sai lầm nghiêm trọng, vì chúng ta chối bỏ năng lượng sáng tạo sẵn có hay năng lực (*rang tsal*) của tâm, nó là hoạt động tự nhiên của tâm để tạo ra những niệm tưởng rtsal này “năng lực, năng lượng, khả năng” chỉ là một diễn tả về năng lượng tự nhiên của tâm. Do vậy, quá trình phát triển thiền định của chúng ta (*bsgom-pa, Phạn - bhavana*) không dừng lại với Samatha “yên lặng” hay sự nhận ra trạng thái tĩnh lặng không có niệm tưởng, nhưng sau khi đạt được trạng thái này, chúng ta tiến hành quán sát vô tư chuyển động của

tư tưởng; tiến trình thứ hai này được biết là sự thấu suốt cao hơn hay Vipashyana (*lhag-mthong, Pali – vipassana*). Ví dụ, Samatha giống như bề mặt yên tĩnh của hồ nước khi gió ngưng thổi trong khi đó, Vipashyana giống như chúng ta đang xem những con cá bơi lội trong hồ.

Nhưng cả hai Samatha, Vipashyana, hay trạng thái tĩnh lặng hoặc sự chuyển động của tư tưởng đều không đại diện cho Rigpa. Rất quan trọng để nắm được điều này nhằm hiểu ý nghĩa Dzogchen ngược lại với những hệ thống thực hành thiền định khác. Rigpa là yếu tố thứ ba. Nó có thể được phát hiện ở một trong hai kinh nghiệm này, sự tĩnh lặng hay chuyển động. Rigpa tự nó không là một kinh nghiệm mà là một tỉnh giác trực tiếp của kinh nghiệm đó. Ngoài ra, nó giống như ví dụ một gương và vô số những phản chiếu trong nó. Tỉnh giác tức thời này là một việc, một việc duy nhất (*gcig*). Đó là sự phát hiện bất cứ khả năng nào khởi lên cho chúng ta. Những kinh nghiệm này biến đổi (*sna-tshogs*) xuất hiện đa dạng không thể tính đếm, nhưng sự hiện diện này hay tỉnh giác tức thời là độc nhất và luôn như vậy. Nó là khả năng của bản tâm. Nó là, như chúng ta thường nói giống bề mặt sáng sủa, tinh khiết, trong trẻo của gương, khả năng không hạn chế, không giới hạn của gương phản chiếu mọi thứ. Sự hiện diện tức thời này là việc chúng ta phải phát hiện ở bất kỳ chỗ nào, nên chúng ta phải sống trong tính chất của gương không phải trong sự phản chiếu.

Mặc dù kinh nghiệm của chúng ta đa dạng vô hạn, trong giáo lý Dzogchen chúng ta thường nói về mặt thực hành thiền định của ba loại kinh nghiệm cụ thể là kinh nghiệm về cảm giác hỷ lạc, kinh nghiệm về sự trong sáng hay rõ ràng, và kinh nghiệm nhất tâm hay vô niệm. Ngoài ra, cá nhân còn có ba khía cạnh hay phạm trù là thân, ngữ, ý. Thân (*lus*) có nghĩa thân vật chất thích hợp và tương tác với môi trường vật chất quanh ta. Kinh nghiệm của cảm giác hỷ lạc liên quan nhiều hơn với thân, phạm vi hiện hữu vật chất của chúng ta. Cảm giác có thể là trung tính hay đau khổ, nhưng về mặt thực hành thiền định với cảm giác thoải mái; hoan hỷ sẽ dễ dàng để chúng ta làm việc hơn. Ngữ (*ngag*) có nghĩa: không chỉ âm thanh do ta nói mà còn là toàn bộ phạm vi năng lượng của chúng ta. Điều này bao gồm hơi thở và sự tuần hoàn năng lượng tâm linh khắp cơ thể. Kinh nghiệm trong sáng hay rõ ràng liên hệ đến phạm vi hiện hữu này của chúng ta nhiều hơn. Cuối cùng chúng ta có phạm trù ý (*gid*) và kinh nghiệm nhất tâm hay vô niệm liên quan nhiều hơn đến bình diện này.

10. Duy trì trong thiền định hoặc rơi vào xao lãng

Trạng thái thiền định giống như dòng chảy liên tục của một con sông

Trong chương tự – luận của ngài, Patrul Rinpoche cung cấp một giải thích sâu rộng phương pháp thực hành thiền định (*sgom-pa nyams su len tshul rgyas-par' chad-pa*). Ở đây, ngài nói hành giả nên ổn định trong trạng thái thiền định tương tự như dòng chảy liên tục của một con sông (*ngang bzhang chu-bo'i rgyun gyi sgom-pa*) “liên tục” (*rgyun*) có nghĩa không gián đoạn. Niệm tưởng khởi lên và tan biến mà không

có sự nỗ lực tạo tác hay ngăn chặn chúng. Khi sự tập trung được buông xả một ít, niệm bắt đầu phát triển và khuếch tán (*'phro-ba*). Thay vì cố đè nén hay cản trở, chúng ta nhận ra chúng để tiêu biểu sự hiển thị năng lượng sáng tạo liên tục sẵn có của giác tánh nguyên sơ (*ye-shes kyi rang rtsal du skyong-ba*). Tuy nhiên chúng ta không xao lãng (*mag. yeng-ba*) và chạy theo những niệm này, dù niệm tưởng gia tăng hay tĩnh lặng (*'phro*) (*gnas*) đều hoàn toàn vô sự, vì cả hai đại diện cho năng lượng vốn có và chúng ta vẫn tiếp tục trong thiền định. Sự xuất hiện của niệm lan man và cảm xúc đại diện cho Sự Thật Nguyên Thủy (*kun 'byung gi bden-pa*) thuộc Tứ Diệu Đế do Đức Phật tuyên thuyết, nếu bị thu hút và bám chấp vào chúng, sẽ phát sanh cảm giác vướng mắc và sự thù ghét xuất hiện, dẫn đến mong cầu và chán nản đại diện cho Khổ Đế (*sdug-bsngal gyi bden-pa*). Như tổ Tilopa nói: “vấn đề không ở chỗ niệm khởi trong tâm, mà ở chỗ chúng ta bám chấp vào nó”. Nếu bám chấp, bất cứ kinh nghiệm nào xuất hiện dù hạnh phúc hay đau khổ sẽ mang tính chất của Luân Hồi. Nhưng nếu chúng ta nhận ra những tư tưởng và cảm xúc này như sự chơi đùa (*rtsal*) sáng tạo của tâm, chúng sẽ xuất hiện đơn giản trong hư không rộng mở phi chướng ngại của Trạng Thái Pháp Thân (*chos-sku'i yo-langs*, tức là *chos-sku'i ngang*), sẽ không làm tổn hại hoặc có lợi cho chúng ta.

Rơi lại vào Ảo Giác

Ngay cả dù chúng ta được giới thiệu vào cái thấy chân chánh, nếu rơi lại vào những niệm tưởng khiến không thể kéo dài trạng thái thiền bằng phương tiện thiền định (*sgom-pas ngang ma 'khyongs-par 'khrul 'byams tha-mal du shorna*) chúng ta sẽ thấy chính mình bị giam giữ một cách vô vọng trong giấc mơ thế gian của Samsara bởi những xuất hiện của niệm tưởng trong dòng ý thức liên tục của chúng ta. Trong trường hợp đó, dù chúng ta tự gọi mình là hành giả hay Yogin (*rnal-'byor-pa*), chúng ta sẽ không khác với chúng sanh bình thường trong đời sống thế gian. Vì vậy, trong thực hành chúng ta không để bị tách biệt khỏi trạng thái tự ổn định của phi thiền định (*mi bsgom-pa rang bzhag chen-po*) được gọi là thiền định. Sự thiền định này (*ting-nge 'dzin*) gọi là đại (*chen-po*) nó bao trùm và liên tục trong tất cả hoàn cảnh. Nó là sự tự-ổn định (*rang bzhag*) vì tính chất tự nhiên tự phát của nó. Nó là phi thiền định (*bsgom med*) vì trạng thái thiền vượt lên tâm thức, vượt lên sự làm việc của tâm. Với Rigpa không có sự tạo tác của một số trạng thái thiền định hay quán tưởng bởi tâm. Rigpa vượt lên tâm thức và vượt lên thiền định.

Tuy nhiên, ngay cả dù chúng ta có thể gặp gỡ cái thấy bằng con đường giới thiệu trực tiếp, nếu không thực hành thiền định chúng ta sẽ bị ở lại trong Samsara. Tức chu kỳ của quá trình tạo tác niệm tưởng bởi tâm. Tiến trình này sẽ đưa chúng ta xoay vòng vô tận. Với mỗi niệm lan man (*rnam-rtog*) khởi lên trong tâm, chúng ta hãy tự mình nhận ra nó. Do đó chúng ta có nhiều cái của tôi hay bản ngã như chúng ta có những niệm tưởng khởi lên trong tâm, vì thấy mình tái sanh nhiều lần bởi sự xuất hiện của một niệm mới. trong nghĩa này, chúng ta trải qua cái chết và tái sinh không

chỉ với thân vật chất mà từ khoảnh khắc này sang khoảnh khắc khác với sự xuất hiện và tan biến của từng niệm mà chúng ta tự mình nhận ra. Thế nên, Samsara là một tiến trình với chúng ta đó là tại từng khoảnh khắc.

Thiền định như một Giải Độc

Về phần phương pháp thực hành trong thiền định, dù niệm gia tăng (*'phro*) hay tĩnh lặng (*gnas*), chúng ta không cần áp dụng bất cứ đối trị đặc biệt nào (*gnyen-po*, phạn pratipaksa). Trái lại, trong phương pháp thiền định gặp ở hệ thống Sutra, khi một số cảm xúc tiêu cực hay tham dục khởi lên trong tâm, hành giả áp dụng một giải độc đặc biệt để chống lại ảnh hưởng của nó. Ví dụ, nếu một tu sĩ vô tình thấy một phụ nữ đẹp không một mảnh vải che thân đang tắm, niệm dục tự động khởi lên trong dòng ý thức ông ta, ông ấy phải lập tức thấy cô ta như một túi da chứa đầy máu mủ và những chất hôi thối khác nhằm vượt qua bất cứ vương mắc nào về cái thấy cô ấy. Thực hành này được biết là Ashubhabhavana hay thiền quán trên sự ghê tởm (Quán thân bất tịnh). Hoặc nếu kinh nghiệm một niệm sân, ông ấy sẽ chống lại bằng việc traу dò tư tưởng từ bi, một tiến trình được biết là Maitribhavana. Đây là con đường trong đó một đối trị được áp dụng, một loại y khoa đối chứng trị liệu, nhưng điều này không phải là phương pháp của Dzogchen. Về mặt Dzogchen, khi tư tưởng tiêu cực và cảm xúc khởi lên, tất cả giải độc đáp lại đều không cần thiết (dư thừa) do chúng ta tự ổn định trong trạng thái của Rigpa. Sự giải độc hiệu quả duy nhất là tỉnh giác, và giải độc này giống như thuốc bách bệnh trị tất cả bệnh tật.

Thanh Tịnh Quang Mẹ và Con

Trong thực hành thiền định, chúng ta nhận ra bất cứ niệm và cảm xúc nào khởi lên đều tiêu biểu cho năng lượng hay khả năng của sự xuất hiện Rigpa. Rigpa này giống như mặt trời, và năng lượng như tia sáng của nó. Chúng ta nhận ra tự tánh của tất cả niệm lan man này (*rnam-rtog de dag gi rang-bzhin*), bất kể chúng xuất hiện khác nhau ra sao, thực ra nó là Thanh Tịnh Quang thực sự của Nền, không gì khác hơn là Dharmakaya, Đại mẫu. Và tính chất hay nguồn này gọi là Thanh Tịnh Quang Mẹ an trụ như Nền Tảng (*gzhi gnas ma'i 'od gsal*). Trong thực tại, Thanh Tịnh Quang là hoàn cảnh hay điều kiện tự nhiên của chúng sanh (*gnas-lugs*), trong đó niệm tưởng hiện hữu một cách tự nhiên. Và người Mẹ này là điều gì đó phổ quát, hơn là cá nhân chúng sanh. Trong ý nghĩa này, mặc dù nhiều vị Phật khác nhau xuất hiện khắp không gian và thời gian, tất cả các Ngài đều tham gia trong một Dharmakaya siêu xuất lên nội nhị nguyên và đa nguyên (4). Chúng ta nhận ra Thanh Tịnh Quang bằng cái thấy đã được vị thầy giới thiệu trước đó. Người chỉ nó cho chúng ta “Đây là Thanh Tịnh Quang của Rigpa, trạng thái tỉnh giác nội tại của chính con”. Thanh Tịnh Quang của Đạo Lộ (*lam gyi 'od gsal*) hơn là Thanh Tịnh Quang của Nền Tảng (*gzhi 'od gsal*). Ánh sáng này gặp trên con đường cũng được biết là Thanh Tịnh Quang Con (*bu'i 'od gsal*), trái với Thanh Tịnh Quang Mẹ (*ma'i 'od gsal*). Đứa con này

giống như một tia sáng nhỏ của toàn thể Thanh Tịnh Quang. Ví dụ nó không hơn ánh đèn bơ đặt bên cạnh mặt trời giữa trưa. Người con, Thanh Tịnh Quang của đạo lộ được kinh nghiệm trong thực hành thiền định suốt đời chúng ta, nhưng Người Mẹ, Thanh Tịnh Quang Nền gặp vào lúc chết khi Thanh Tịnh Quang mới bắt đầu xuất hiện của Bardo đời này..

Trong truyền thống Dzogchen, ba Bardo hay trạng thái Trung gian (*bardo* phạn antarabhava) được phân biệt giữa chết và tái sinh:

1. Bardo Cận tử (*'chi-kha'i bar-do*).
2. Bardo Thực Tại (*chos nyid bar-do*)
3. Bardo Hiện Hữu (*srid-pa'i bar-do*).

Thanh Tịnh Quang Mẹ xuất hiện vào lúc bắt đầu Bardo thứ hai trước sự xuất hiện linh ảnh các Bồ Tôn Hiền Minh và Phần Nộ. Về phần kinh nghiệm hàng ngày của chúng ta, Bardo Cận tử tương ứng với tiến trình đi vào giấc ngủ, và Bardo Thực Tại tương ứng với khoảnh khắc Thanh Tịnh Quang xuất hiện trước khi bắt đầu trạng thái mộng, trái lại trạng thái mộng tương ứng với Bardo Hiện Hữu. Nhưng trừ khi chúng ta thực hành thiền định suốt đời, sự xuất hiện của Thanh Tịnh Quang sẽ xảy ra nhanh chóng và tức khắc khiến ta khó nhận ra nó (5). Nhưng nếu thực hành thiền định trong lúc làm việc, khi chết chúng ta sẽ sẵn sàng. Vào lúc chết, khi Thanh Tịnh Quang bắt đầu, chúng ta sẽ nhận ra nó, và có khả năng giải thoát tức khắc vào Pháp Thân (Dharmakaya) cao nhất. Đây là loại Phowa (*'pho-ba*) hay chuyển di tâm thức. Lúc này, khi Thanh Tịnh Quang của Đạo lộ và Thanh Tịnh Quang Nền hòa nhập và trở thành một không thể tách biệt (*gzhi lam gyi 'od gsal gnyis dbyer-med du gyur-ba*), giống như sự gặp gỡ của Thanh Tịnh Quang Mẹ và Con (*ma bu' phrad-pa*). Điều này giống như đứa trẻ lang thang nhận ra người mẹ thân yêu sau một thời gian xa cách.

Chẳng hạn, vào thời xưa, thí sinh dự quán đảnh bí truyền được dẫn qua một dãy phòng tối, gần như một mê cung bị bao vây bởi những âm thanh khủng khiếp và sự xuất hiện những điềm xấu. Sau đó, trong căn phòng chót, đột ngột có ánh sáng rực rỡ. Người tấn phong bảo thí sinh “Con ta! Hãy quán ánh sáng, nó là tự tánh của con”. Đây là *epopteia*, hay sự rực sáng đột ngột, là sự giới thiệu về Thanh Tịnh Quang, đó là tính chất nguyên thủy của chúng ta. Giai đoạn quán đảnh tôn giáo Bí truyền thời xưa, tái tạo kinh nghiệm chết và tái sinh dẫn thí sinh vào những cảnh ghê rợn hơn vậy, để chúng ta không còn sợ chết. Tiến trình quán đảnh này có thể so sánh với tử thư Tây Tạng.

Qua thực hành thiền định, chúng ta trở nên quen thuộc với Thanh Tịnh Quang của Đạo lộ. Thanh Tịnh Quang Nền (Dharmakaya) là nguồn hay môi trường từ đó tư tưởng hay cảm xúc phát ra tiêu biểu cho năng lượng sáng tạo sẵn có của nó. Giống như vị thầy bí truyền giới thiệu ánh sáng của Đạo Lộ, và chúng ta đi theo ánh sáng này trong thực hành. Do vậy dần dần, chúng ta đi tới phát hiện, trong một khoảnh khắc của sự chiếu sáng và tự nhận biết trí huệ không chỉ là gương mẫu (*dpe'i ye-she*) mà là một thực tế (*don gyi ye-shes*). Chúng ta phát hiện Thanh Tịnh Quang của Phật

tánh sẵn có của mình, Như Lai Tạng (tathagatagarbha) đã hiện diện trong ta từ khởi thủy, từ lúc thời gian chưa bắt đầu. Vị thầy trước đó giới thiệu ánh sáng tỉnh giác này cho chúng ta nhận ra chính mình (*sngar bla-mas ngo-sprad-pa'i rang rig 'od gsal kyi lta-bas rang ngo-shes-pa*). Vì thế, chúng ta nhận ra quán đảnh tối hậu và điều này đưa ta vượt lên Tantra tức tiến trình chuyển hoá.

12. Phát hiện lại Giác tánh tức thời không che đậy. Phá vỡ niệm tưởng và kinh nghiệm lần nữa .

Nếu thiền định của chúng ta thông suốt và thấy mình trong trạng thái trong sáng, đó là điều tốt. Còn nếu không, tốt hơn nên xả thiền định, buông lỏng vài phút và nghỉ ngơi. Không thể đạt được điều gì khi tự ép mình. Quá cố gắng là một lỗi lầm của thiền định, nhưng hoàn toàn không cố gắng cũng là một sai lầm. Nếu chúng ta quá nỗ lực, những khó khăn sẽ xuất hiện và tâm ta sẽ không được trong sáng khi ta ép buộc nó, chúng ta sẽ trở nên mệt mỏi và phiền muộn, tự tâm chúng ta sẽ nổi loạn chống lại thực hành thiền định. Vậy, tốt hơn nên thực hành trong một lúc ngắn, hay thời thiền (*thun*) ngắn. Khi những người mới thực hành thiền định trong một thời gian dài, thường kinh nghiệm bắt đầu xuất hiện. Vào lúc này nên phá bỏ thiền định và chỉ tiếp tục thực hành sau khi nghỉ một lát. Nếu không, chúng ta sẽ thấy mình bám chấp vào những kinh nghiệm đó trong thiền định. Sau này chúng trở thành như một tấm mạng che phủ khuôn mặt trần của Rigpa.

Để phát hiện lại Giác tánh tức thời không che đậy (*rig-pa rjen-pa*), chúng ta phải tiêu hủy cấu trúc tâm linh quy ước bao quanh mình, nhờ vậy phá tan việc thiền định . Chúng ta bám chấp vào kinh nghiệm thiền định của mình đó là một nguy hiểm to lớn, đặc biệt là sự rực sáng và hỷ lạc, khi thấy cõi thiên đường đẹp tuyệt trần. Chúng ta trở nên xao lãng và lạc vào kinh nghiệm của mình khiến thiền định bị chấm dứt và lại thấy mình bị giam cầm trong thế giới mộng tưởng của Samsara. Vậy một lần nữa, chúng ta có thể thực hiện lại *semdzin PHAT!* giống như sấm chớp phá tan mây mù. Ở đây bản văn nói về bốn loại bám chấp vào kinh nghiệm trong thiền định được phá tan bằng PHAT.

1. Kinh nghiệm hỷ lạc (*bde-ba*)
2. Kinh nghiệm phát sáng (*gsal-ba*)
3. Trạng thái tĩnh lặng và
4. Sự phát triển và khuếch tán niệm tưởng (*'phro-ba*)

Trong cách này, chúng ta có thể phá hủy tất cả bám chấp nhờ đó liên tục trong trạng thái thiền định (contemplation)

Trạng thái tỉnh giác thấu suốt trực tiếp

Trong thiền định (meditation), bất chấp những gì về mặt kinh nghiệm có thể khởi lên, chúng ta phải dựa vào điểm trọng yếu của Giác Tánh thấu suốt trực tiếp không thể mô tả (*brjod med kyi rig-pa zang-thal-le-ba*), không bị phân tán. Chữ zang-

thal (*hay zang-thal-le-ba*) có nghĩa “thấu suốt trực tiếp” trong dạng không thể cản trở, chẳng hạn như một Thành tựu giả cầm dao Phurba xuyên qua tảng đá cứng rắn không cần nỗ lực mà không gặp cản trở, hoặc giống như ánh sáng đi qua quả cầu pha lê trong suốt.

Trước tiên chúng ta phải xây dựng thiền định bằng phương tiện thực hành samatha như đã mô tả trước đây để phát hiện Rigpa hay sự hiện diện tức thời trong trạng thái tĩnh lặng ở mỗi thời thực hành. Sau đó Giác Tánh lập tức này được đem vào trong những biến động của niệm tưởng vì sự hiện diện duy nhất của trạng thái tĩnh giác tức thời; đó là Rigpa. Nhưng như những hành giả chúng ta không dừng lại ở đó. Mục tiêu của Dzogchen không phát triển cũng không giới hạn Rigpa chỉ trong thời thiền định, và sau đó giữa những thời thiền định (*thun mtshams*) lại trở lại trạng thái (thông thường) phân tán và ảo giác của ý thức. Hơn thế, mục tiêu là phát triển một Giác Tánh thấu suốt trực tiếp (*rig-pa zang-thal*) về bất cứ những gì chúng ta làm trong bất kỳ hoàn cảnh nào. Mục tiêu là đem Rigpa ra ngoài thời thiền quán sau đó đưa vào tất cả những hoạt động của đời sống hàng ngày. Phát hiện Rigpa trong trạng thái tĩnh lặng và động niệm, chúng ta đem nó vào những hoạt động vật chất của thân thể mình, bắt đầu với những chuyển động rất đơn giản như chuyển động đầu, bàn tay v.v... mà không đánh mất sự hiện diện tức thời này. Sau đó chúng ta đem nó vào những chuyển động phức tạp hơn như đi bộ hay nhảy múa, mà vẫn trong trạng thái thiền định (một thành tựu giả hay người thành thạo có thể nói, suy nghĩ và ứng xử một cách hợp lý mà vẫn trong trạng thái định (*samadhi*) không bị phân tán. Dần dần, tất cả chướng ngại bị phá vỡ; tĩnh giác tức thời này được đem vào từng hoạt động của thân, ngữ, ý. Lần đầu tiên, chúng ta hoàn toàn tỉnh thức, thay vì là kẻ mộng du. Đây là điều rất căn bản. Bây giờ chúng ta sống trong gương và không còn sống trong sự phản chiếu. Hiện tại không có khác biệt giữa trạng thái thiền định (*mnyam-bzhag*, Phạm samahita) trong thời thiền quán và hoàn cảnh hội nhập lại với ý thức bình thường của đời sống hàng ngày khi thời thiền quán của chúng ta hoàn tất, điều sau này; được biết là hậu thiền quán hay sự nhận biết sau đó (*rjes thob*, Phạm *prsthalabdha*). Khi thiền định được dần trải vào tất cả phạm trù của đời sống, được gọi là hoàn toàn định hay đại định (*ting-nge 'dzin chen-po*, - maha-samadhi).

Thiền Vipashyana

Tiến trình đem tĩnh giác phát triển vào hoạt động của thân, ngữ, ý; biết trong Dzogchen là vipashyana (*lhag-mthong*) nguyên nghĩa là “thấu suốt cao”. Ở đây, ý nghĩa vipashyana khác hơn trong hệ thống Sutra. Trong Dzogchen thấu suốt (*mthong-pa*) cao (*lhag-par*) này không đơn giản là vấn đề xem cá bơi lội trong hồ, hoặc xem chúng nhảy khỏi mặt nước – phép so sánh thường sử dụng trong Sutra. Hơn thế, khi một con cá nhảy khỏi mặt nước, chúng ta không thấy mình dính vào người quan sát trên bờ hồ như trong thực hành Samatha – Giờ đây chúng ta thấy mình là cá, chúng ta hòa nhập với nó và không có khác biệt giữa người quan sát và vật được quan sát.

Chúng ta trở thành cái thấy; bên ngoài và bên trong hòa nhập vượt lên nhị nguyên. Vậy vipashyana trở thành một tiến trình hòa nhập tĩnh giác tức thời vào hành động. Sự hoạt động là tĩnh giác và tĩnh giác là hoạt động. Chúng ta không giải quyết trên một số hành vi và sau đó thay đổi; đó là hiện hữu nhị nguyên, và trong hoàn cảnh đó chúng ta bị giới hạn và ngăn che. Hơn nữa, chúng ta hòa nhập và thực sự trở thành hoạt động. Hoạt động này tự nhiên không do tư duy hay có ý định. Nhưng hoạt động này không mù quáng hay vô ý thức, nó hoàn toàn sống động và tĩnh giác. Vũ điệu của các Vidyadhara không chỉ là sự hoạt động tự nhiên của năng lượng, nó cũng là “vũ điệu của tĩnh giác”.

Về phần hành động, Dzogchen không bị giới hạn bởi bất cứ quy luật nào, vì thế không có hành động bị cấm đoán. Hơn nữa mục tiêu thực hành Dzogchen là đem tĩnh giác tức thời vào từng hành động, và sự xuất hiện của Giác Tánh nội tại là ý chí thực sự của chúng ta. Giác Tánh và ý chí không xung đột nhau mà hòa nhập. Trong trạng thái thiền định, lòng bi của bồ đề tâm là tự nhiên và tự phát, nó không do tâm tính toán hay tạo tác. Nhưng điều này chỉ thực sự khi chúng ta đang trong trạng thái thiền định. Trạng thái Rigpa vượt lên nghiệp và những hậu quả của nó, vượt lên thiện và ác, mà phần lớn tâm thức bình thường của chúng ta rõ ràng là không vượt lên được. Là sự thanh tịnh nguyên thủy, Rigpa vượt lên động cơ ích kỷ, và tất cả những hoạt động của nó là tự-viên mãn tự nhiên. Tất cả điều này là chân lý của thiền (contemplation), nhưng nếu chúng ta chỉ tự cho là một Siddha, tuyên bố tự cao “tôi ở trong trạng thái của Rigpa” và làm điều mình thích, chạy theo từng thôi thúc và đam mê tất cả tham dục ngăn ngại, chúng ta chỉ tự đánh lừa chính mình và sẽ chịu nghiệp quả sau đó. Nghĩ rằng chúng ta ở trong trạng thái thì không giống như thật sự đang trong trạng thái. Một quy luật duy nhất trong Dzogchen là tĩnh giác. Dzogchen dạy chúng ta nhận trách nhiệm về hành động của mình, và điều này là ý nghĩa của tĩnh giác. Chúng ta luôn luôn nhận biết những gì mình làm và cũng biết hậu quả của mỗi hành vi. Hòa nhập với hoạt động hoàn toàn không giống như bám chấp, vì bám chấp tiêu biểu việc thiếu tĩnh giác.

Thuyết Tri Thức và Phân Tách Tâm Linh

Một số học giả cho rằng Dzogchen gắn liền với việc chống lại tri kiến. Dzogchen thật sự không thể phát hiện qua sự uyên thâm về lịch sử hay nghiên cứu triết học, vì nó là trạng thái vượt lên tâm và nhân quả. Nó không thể tiếp nhận bằng tri kiến giới hạn hay mô tả bằng lời. Dzogchen, Trạng thái nguyên sơ của cá nhân, phải được phát hiện qua một giới thiệu trực tiếp do một vị thầy và sau đó phát triển qua thực hành thiền định, nó không thể tìm thấy qua phương tiện trí huệ thông thường, như nguyên nhân và triết lý về tính chất của tuyệt đối vv.. Nó nằm trong kinh nghiệm, không trong nghiên cứu. Mà trạng thái này một lần được giới thiệu và sau đó được phát hiện nhiều lần trong kinh nghiệm thiền định của chúng ta. Dzogchen không đòi hỏi chúng ta không được nói hay viết một cách thông tuệ về

trạng thái này. Tuy vậy, sự bàn luận về triết học Rigpa không nên nhầm lẫn với tự thân Rigpa. Nó không phải là một ý niệm, cho rằng như vậy tức nhầm ngón tay chỉ mặt trăng là mặt trăng.

Ngoài ra, nó không phải do phân tách tâm linh (*yid dpyad*) về thực hành thiền định thích hợp với Dzogchen. Tuy nhiên điều này không có nghĩa không nên dùng nguyên do và sự phân tích khi cần thiết và thích hợp. Ngay khi trong trạng thái định (*samadhi*) vị siddha có khả năng hoạt động, nói năng, suy nghĩ, suy luận, làm bất cứ gì cần thiết. Nhưng không giống chúng sanh bình thường, vị siddha làm hoàn toàn với sự tỉnh giác. Siddha không chỉ an lạc và cách xa, nhận thức vừa đủ quanh họ như thể nhiễm độc bởi khói thuốc lá. Tuy nhiên, những hoạt động suy nghĩ, nói năng... không đại diện cho nguyên lý, chúng chỉ là sự phản chiếu trong gương. Trọng tâm thăng bằng của siddha, bất chấp họ hoạt động ở đâu đều là Rigpa. Vì lý do này, họ được gọi là *vidyadhara* hay *ridzin (rig-pa dzin-pa)* đó là “người nắm giữ (*dzin-pa*) Giác Tánh (*rig-pa*) tức thời”. Sự giác ngộ của cá nhân này hay siddha khác với người thường; luôn sống mất thăng bằng và mất trọng tâm. Trong những hành động của siddha tất cả hoạt động đều xuất phát từ mantra trung tâm thu hút duy nhất là trạng thái tỉnh giác nội tại tức thời độc nhất này. Sự di chuyển của hành giả giống như một vũ công khéo léo đi xuyên qua một phòng đông người, không vấp; không va chạm với người khác, vẫn hoàn toàn tỉnh giác trong từng động tác và trôi chảy phong nhã qua thiết kế trong căn phòng.

Một hành giả Dzogchen (*Dzogchenpa*) như Longchen Rabjampa có thể là một học giả và có thể viết nhiều luận thư nghiên cứu triết học về Dzogchen như Bấy Kho Tàng (*mDzog bdun*) của ngài, nhưng điều này không là mối quan tâm chánh. Dzogchen không phải một triết học như những triết học khác, xa hơn nữa là Zen. Thật ra, có thể giới thiệu Dzogchen là một triết học nhưng phương pháp (thích hợp) đúng đắn không phải phân tách triết lý và xây dựng hệ thống siêu hình. Tuy nhiên nếu nói Dzogchen bác bỏ hay xem thường sự thông minh và những hành vi thông tuệ là một sai lầm. Sự thông minh là hữu dụng và cần thiết. Nó là một công cụ, nhưng trong Dzogchen nó không là nguyên lý, mà Rigpa là nguyên lý. Nó sử dụng lý trí và áp dụng khi thích hợp nhưng nó cũng có những giới hạn vốn có. Rigpa là “sự thông tuệ” vượt lên lý trí (*dpyad-pa*) và thông minh (*blo-gros*). Mục đích của tất cả thực hành Dzogchen là tỉnh giác, không xao lãng và hành động thông tuệ, chịu trách nhiệm trong từng hoàn cảnh, vị siddha luôn luôn hoạt động bắt nguồn từ trọng tâm thực sự hay sự cao hơn này. Trong trạng thái thiền, cả hai lý trí và trực giác hoạt động (vận hành) với năng suất tối đa. Dzogchen là một trạng thái thoát khỏi tất cả chướng ngại xuất hiện từ những tồn tại vô thức của cá nhân, cả hai những chướng ngại xuất phát từ kiếp này và của tất cả các kiếp trước. Nó là một trạng thái nằm tại trung tâm của hành giả được đặc tính hóa là tánh không – đó là một rộng mở hoàn toàn không chướng ngại và phi giới hạn, mà tất cả khả năng hiện hữu đồng thời ở

trong nó – cũng như trong sáng không chỉ có ý nghĩa chiếu sáng rõ ràng mà còn là “thông tuệ”.

13. Thiền và Nhận Biết sau đó

Về mặt thực hành Dzogchen, tuyệt đối không khác biệt hay tách rời giữa thời thiền định và giai đoạn hậu thiền định (*thun dang thun mtshams dbye-ba*), không có khác biệt giữa trạng thái định và sự nhận biết sau đó (*mnyam-bzhag rjes-thob thadad med*). Về phần Rigpa, chúng cũng tương tự. Do đó phi thiền định (*bsgom med*) là đại định (*bsgom-pa chen-po*). Trong Rigpa, không có thiền định và Rigpa vẫn là thiền định tối thượng. Trong trạng thái định, hành giả không thiền định mà vẫn chưa từng rời thiền định. Với Siddha trong Mahasamadhi (đại định) chẳng có ngay cả một mảy lông của thiền định hoặc hoạt động tâm linh, hay xao lãng. Niệm tưởng có thể khởi lên, ngay cả nếu chúng phát triển và gia tăng, vị siddha không vì chúng mà xao lãng, trong cách này, sự thiền định của họ giống như dòng chảy liên tục của một con sông.

Có những loại đệ tử khác nhau tùy theo khả năng của họ như: cao, trung bình, hay thấp. Người khả năng cao có khuynh hướng thiên về hành thiền vì đã từng nghe giáo lý và thực hành chúng trong đời quá khứ. Thế nên, trong đời hiện tại khi nghe giáo lý và được giới thiệu trực tiếp, họ hiểu lập tức, giống như ngài Manjushrimitra khi gặp Garab Dorje lần đầu. Như một đệ tử, là kinh mạch thích hợp nhất cho giáo lý. Khi cái thấy của Thekchod được giảng giải cho cá nhân như vậy, họ hiểu lập tức và cắt đứt mọi căng thẳng, chấp cứng một cách nhanh chóng. Và về mặt thực hành Thodgal của họ, giai đoạn đầu tiên; sự nhận thức trực tiếp của Thực Tại (*chos-nyid mngon-sum*) dung chứa nhận thức của cái thấy của những giai đoạn khác cùng lúc. Chúng ta nói ở đây về bốn giai đoạn thực hành cái thấy (*snang-ba bzhi*) [xem tiểu luận về “bản chúc thư cuối của Garab Dorje” dòng 30]. Tất cả niệm tưởng (bên trong) và những biểu hiện (bên ngoài) đều giải thoát tức thời vào Nền như chúng khởi lên, vào trạng thái ở đó Giác Tánh và sự chiếu sáng không thể tách rời (*rig gsal dbyer med*). Chúng giống như sóng trên bề mặt đại dương, lên và xuống không có vấn đề gì trong đó. Ở đây không có thiền định cũng như không có phi thiền định. Một cá nhân có khả năng cao như vậy rất hiếm.

Một người có khả năng trung bình, dựa trên việc nghe giáo lý từ một vị thầy, nhận thức được rằng; bất chấp những gì có thể xuất hiện, chúng chỉ tiêu biểu cho năng lượng sáng tạo của Dharmakaya. Nhưng những người không hiểu điều này là những cá nhân có khả năng thấp phải đi theo một cách tiếp cận dần dần, vì họ có thể dễ dàng rơi vào sự thống trị của những biểu hiện sai lầm (*'khrul snang*). Họ phải thực hành đều đặn để đạt được một số vững chắc (*brtan-pa thob*) trong thực hành thiền định của họ.

Tuy nhiên, nếu chúng ta hoàn toàn tích lũy những nguyên nhân để tập trung hay an định (dhyana) [*bsam-gtan gyi rgyu tshogs*] những nguyên nhân như: chỗ yên

tĩnh, tách biệt, cô lập, chỗ ngồi thoải mái, không kích động, không có sự đi và đến của người khác v.v...kinh nghiệm trong thiền định chắc chắn phát sanh. Nhưng nếu tán tâm, điều này sẽ không xảy ra. Thế nên, từ bỏ tất cả những thú vui thế gian là rất quan trọng, chúng ta sẽ đạt được thành công trong thiền định (*'du 'dzi spang nas sgom-pa gces*).

Về mặt thực hành thiền định dù tuyệt đối không khác biệt giữa trạng thái thăng bằng của thiền và nhận biết sau đó (*mnyam rjes kyi nyams len tha-dad du med*), nếu trước tiên không thành thạo thiền (*mnyam bzhas*) và xây dựng, làm vững chắc nó trên nền tảng thích hợp trong thời thiền định, chúng ta không thể đem nó vào giai đoạn nhận biết sau đó (hậu thiền định). Và vì thế, sẽ không thể chuyển hóa tất cả những hoạt động của chúng ta vào con đường. Thói quen thiền định không đều (*spyi 'byams*) sẽ làm chúng ta lạc hướng (*gol-sa*), rời khỏi trọng tâm hay tánh khí nội tại của mình. Thế nên, thật cần thiết cho những người mới bắt đầu nên chia thực hành thiền định thành những thời riêng biệt. Trong thời thiền, phải an định để có thể tiếp tục trong tinh túy của nó, đem nó vào những hoạt động của mình sau thời thiền, và tiếp tục trong trí huệ thấu suốt trực tiếp này (hay gnosis) [*ye-shes zang-thal*].

14. Trạng thái Duy Nhất của Dharmakaya

Vì vậy, không cần thiết tìm kiếm bất cứ thực hành thiền định nào khác. Trong khi duy trì cái thấy của Dharmakaya (*chos-sku'i lta-ba*), tức là, trong trạng thái thiền, tư tưởng và hành vi của chúng ta dù sao cũng xuất hiện và tiếp tục. Nhưng chúng tự phát và không có bất kỳ nỗ lực suy tính nào trên việc ngăn chặn hay tạo ra bất kỳ việc gì (*dgag sgrub med-par chad chod yad yud du skyong*). Chúng ta tiếp tục trong trạng thái duy nhất của Dharmakaya một cách tự nhiên (*chos-sku gcig-po'i yo-langs bskyang*). Và khi thực hành yoga tự nhiên này, thoát khỏi những khái niệm chi tiết, ở đó samatha và vipashyana không thể tách rời (*zhi lhag dbyer med spros bral gnyug-ma'i rnal 'byor*), tất cả mọi sự trở nên tự phát và thực tế (*ma bcos lhan-cig skyes-pa*) và chúng ta tiếp tục trong trạng thái vốn có của thực tại (*chos nyid kyi rang ngo skyong-ba*). Nói chung, chúng ta có thể dịch chữ Phạn dharmata (*chos nyid*) là “thực tại”, có thể nói là “Trạng thái của sinh linh như chính nó là” (*ji bzhin nyid*).

Sự thực hành được biết là viên ngọc như ý của Dòng Thành Tựu như nói trong *gNas-lugs rdo-rjes tshig rkang* của Jigmed Lingpa “ngoài thực hành này của tất cả chư Phật ba thời, không hiện hữu một thực hành nào khác.” Khi phát hiện điểm trọng yếu là Rigpa này, không cần quay lại thực hành quán tưởng (*bskyed rim*) của hệ thống Tantra và thực hành của hệ thống Sutra như phân tích tâm thức v.v... chúng ta không cần đi chợ tâm linh mua sắm thêm thực hành. Tuy nhiên, nếu hiểu nguyên lý của Dzogchen là Rigpa, chúng ta có thể sử dụng tất cả phương pháp khác của hệ thống Tantra và Sutra bất cứ khi nào chúng chứng tỏ hữu ích. Chúng ta thực hành tất cả những phương pháp khác theo quan điểm Dzogchen; nối kết từng pháp với thực hành Guru Yoga để hòa nhập và duy trì giáo lý trao truyền. Tất cả giáo lý thuộc về

những Thừa khác đến giác ngộ theo con đường dần dần dẫn đến việc phát hiện Dharmakaya, chúng giống như những con đường khác nhau quanh sườn núi dẫn lên đỉnh, trong lúc Dzogchen hoàn toàn thấy tự nó đã ở trên đỉnh núi, vì nó đại diện cho cái thấy của Dharmakaya. Nó là đỉnh cao nhất của tất cả con đường hay thừa đến giác ngộ. Do đó, nó không cần phải truy tìm những dấu chân của chúng ta dưới sườn núi nhằm phát hiện bất kỳ con đường nào khác. Tất cả Giáo Pháp do Phật Thích Ca Mâu Ni dạy tiêu biểu thực sự cho những phương tiện khác nhau để tìm thấy Trạng thái Tỉnh giác nội tại tức thời duy nhất này. Qua những phương tiện này chúng ta phát hiện Dharmakaya trong chính mình. Nhưng nếu ao ước những giáo lý khác và tìm kiếm ở bên ngoài thay vì bên trong chúng ta và bắt đầu thực hành ít hơn khả năng và hiểu biết nguyên thủy của mình, thì cũng giống như một phụ nữ già có nhiều vàng trong nhà lại sống nghèo khó vì không nhận ra nó. Hoặc giống như người hành khất lang thang từ nơi này đến nơi khác, ngồi xin từng đồng xu trong khi trái tim họ làm bằng vàng. Nếu theo đuổi thực hành liên quan đến làm việc của tâm, được yêu cầu trong Tantra và Sutra, chúng ta sẽ chỉ xây lên một hang động thiền định vô hình quanh chính mình. Hang động vô hình này là nhà tù cho chúng ta, và chúng ta sẽ không luyện tập giải thoát nội tại. Vậy chúng ta phải đi đến quyết định dứt khoát qua sự tự phát hiện rằng không có cái gì khác ngoài thực hành tỉnh giác nội tại này. Một khi chính mình phát hiện Dharmakaya là tự thân Phật Tánh, kinh nghiệm nó như một tỉnh giác nguyên sơ không che đậy hay trí huệ tự hiện hữu và không sai lầm (*chos-sku rang gnas kyi ye-shes rjen-pa 'khrul med myong-ba'i sangs-rgyas su blo thag-bcad*), chúng ta có thể liên tục trong hành thiền không bị phiền nhiễu bởi bất cứ nghi ngờ nào. Đó là tinh túy trình bày thứ hai của Garab Dorje.

ĐIỂM TRỌNG YẾU THỨ BA

15. Liên tục trong Trạng thái Thiền

Phương pháp tự giải thoát

Trình bày thứ ba của Garab Dorje liên quan đến sự liên tục trong trạng thái thiền của chúng ta, ở đó; bất cứ những gì khởi lên trong tâm đều tự giải thoát, được giới thiệu trực tiếp vào Rigpa và loại bỏ tất cả nghi ngờ liên quan đến nó qua thực hành thiền định có hiệu quả khi đó chúng ta có thể tiếp tục xác tín (*gdengs bca'-ba*) trong trạng thái tự – giải thoát (*rang grol*). Ví dụ, để học bơi, trước tiên chúng ta phải được một người bơi lội có kinh nghiệm hướng dẫn vào nước và phô bày những hoạt động tay chân. Sau đó chúng ta cần phải thực hành nhiều kỹ thuật bơi khác nhau. Khi đã biết bơi, chỉ còn lại một vấn đề bơi ở một khoảng cách nào trong một thời gian ra sao. Đây là câu hỏi được quan tâm. Trình bày cuối của Garab Dorje tiếp nối với bộ Upadesha của giáo lý Dzogchen. Bản văn Upadesha Dzogchen thường cho rằng chúng ta đã được giới thiệu vào Rigpa và đã biết cách đi vào trạng thái thiền

như thế nào. Vì vậy, những bản văn Upadesha chủ yếu đưa ra những khai thị về việc làm sao liên tục trong trạng thái này. Phương pháp ở đây là đột ngột ném học sinh vào nước, họ có thể chìm hoặc biết bơi.

Rigpa hay Giác Tánh nội tại tức thời, đã giải thoát ngay từ khởi đầu, nó là giải thoát nguyên sơ (*ye-grol*). Từ xác tín (*gdeng*) trong bản văn ám chỉ sự tin tưởng vào quá trình giải thoát những niệm tưởng lan man (*rnam-rtog grol*) như chúng khởi lên. Vào lúc an định vững chắc và đem vào thiền định, chúng ta thoát khỏi tất cả những ý niệm về chủ thể và khách thể, vì thế niệm tưởng không còn bị vướng mắc hay bám chấp, chúng tự giải thoát vào hoàn cảnh nguyên thủy của chúng; đó là trạng thái của tánh không. Nhưng nếu chúng ta không có tín tâm trong phương pháp tự giải thoát này (*rang grol lam*) mà chỉ thiền định, tự buông lỏng vào trạng thái tĩnh lặng của tâm thức và tiếp tục thực hành samatha như trước, chúng ta sẽ không thể vượt lên việc tái sinh trong các thế giới cao hơn, cõi tâm thức của Rupadhatu. Một thực hành như vậy, một kết quả như vậy chỉ tiêu biểu cho sự lệch hướng (*gol-sa*).

Dhyana và Samapattis: Tái sinh trong các cõi cao hơn

Nói chung, từ Dhyana (*bsam-gtan*) có thể dịch là “sự tập trung” nhưng nó cũng có nghĩa một mức độ tập trung đạt được trong thực hành thiền định (cảnh giới thiền). Nếu chúng ta chết vào lúc thể nhập trong một mức độ tập trung đặc biệt (Phạn-Dhyana) chúng ta sẽ thấy chính mình tái sinh vào cõi tâm thức tương ứng, cũng gọi là dhyana, của Rupadhatu hay Sắc Giới. Đây là trường hợp chúng ta tập trung trên một đối tượng thiền định, nhưng nếu thực hành tập trung không đối tượng, chúng ta sẽ tái sinh vào cõi tâm thức cao hơn của cõi ý thức vũ trụ, Samapattis của Arupadhatu hay Vô Sắc Giới. Ví dụ, nếu thành thạo trong thực hành Dhyana thứ nhất (sơ thiền), chúng ta có thể tái sinh vào cõi trời Brahma (Phạm Thiên) cư trú ở ba cõi thấp nhất của Rupadhatu, cụ thể là: Brahmakayika, Brahmapuruhita, và Mahabrahma. Những cõi tâm thức vi tế này thộc về Brahmaloaka nằm trên cõi hành tinh cao hơn Kamadhatu hay Dục Giới, ở đó chư Thiên hay Thần, Thánh cư trú nhưng vẫn còn bị dục cảm làm chủ (Phạn-Kama). Các Brahma không bị phiền não bởi tham dục và cảm xúc mà chỉ do những thôi thúc của trí huệ tao nhã và vi tế hơn. Họ cư trú trong thân tâm thức rất vi tế có hào quang lớn bao quanh, huy hoàng, tinh vi hơn thân thiên thể trong suốt (ether) của các Deva cư trú trong Kamdhatu. Tuy nhiên Brahmaloaka đại diện một trạng thái điều kiện hiện hữu, do đó thuộc về Samsara. Mặc dù sự tồn tại trong Brahmaloaka quá dài, được tính toán bằng hàng tỉ năm của nhân loại, nhưng nó không vĩnh cửu và trường tồn.

Theo truyền thống lưu giữ trong Abhidharmakosa của Vasubhandu (thế kỷ thứ III CE). Abhidharma tiêu chuẩn và bản văn vũ trụ học được học ở Tây Tạng, hiện hữu sáu Devaloka, hay bình diện tâm linh thiên thể, nơi cư trú của các Deva hay Thiên: Chatur-maharajika, Trayatrimisah, Yama, Tushita, Nirmanarati, và Paranirmitavashavartin. Sáu Devaloka này bao gồm phần thiêng liêng của Kamadhatu, được mô tả như cõi Trời hay Thiên Đường. Kế tiếp, theo thứ tự đi lên,

bản văn liệt kê một số 17 Brahmaloaka hay cõi tâm linh tương ứng với bốn Dhyana (Tứ Thiền) [Pali; Jhana] hay mức độ tập trung trong thiền định. Sơ Thiền tương ứng với ba Brahmaloaka thấp nhất: Brahmakarika, Brahmapurhita, và Mahabrahma. Nhị thiền tương ứng với ba Brahmaloaka trung bình: Parittabha, Apramanabha và Abhasvara; Tam thiền tương ứng với Brahmaloaka cao nhất kế tiếp: Paritashubha, Apramanashubha, và Shubhakritsna. Tứ Thiền tương ứng với bảy Brahmaloaka cao nhất được biết là Shuddhavasana Brahmaloakas “nơi An Trụ Thanh Tĩnh” theo thứ tự đi lên là: Anabhraka, Punyapravesa, Brihatphala, Avriha, Atapa, Sudrisha, và Akanistha. Cõi Trời cuối cùng này hay Brahmaloaka là Samsaric Akanistha và không nên nhầm lẫn với Akanistha Thiên Thể tại trung tâm của tất cả hiện hữu, là nơi an trú của Sambhogakaya. Mười bảy Brahmaloaka này bao gồm trong Rupadhatu hay Sắc Giới, được gọi như vậy vì tất cả Brahma (Phạm Thiên) đều có thân vi tế, thân ánh sáng rực rỡ.

Nếu thành thạo trong Dhyana cao hơn, tức Samapattis hay sự thể nhập, hành giả có thể đạt được tái sinh vào một trong bốn cõi tâm thức vũ trụ thuộc về Arupadhatu hay Vô Sắc Giới, nằm vượt trên Brahmaloaka của Sắc Giới. Bốn phạm vi tâm thức vũ trụ này theo thứ tự đi lên là: Akashanantya “hư không vô tận”, Vijnananantya “tâm thức vô tận”, Akinchanya “không có bất cứ gì” và Naivasanjanasanja “không khái niệm cũng không phi khái niệm”. Cõi này được gọi là “vô sắc” (*gzugs med.Phan arupa*) vì tâm thức của hành giả lan tỏa khắp hư không, và dù hành giả sở hữu một thân tâm thức cực vi tế nhưng vẫn thiếu hình tướng để có thể thấy. Nhiều truyền thống tôn giáo xem việc đạt đến Samapattis này hay đẳng cấp tâm thức vũ trụ (một kinh nghiệm huyền bí chung khắp thế gian), như ngang với Thượng Đế hay đạt được hoà nhập với Thượng Đế. Những kinh nghiệm huyền bí này được đặc tính hoá bởi hỷ lạc (*bde-ba*), chiếu sáng (*gsal-ba*) và rộng mở hay rõ ràng (*mi rtog-pa*), nhắc lại kết cấu Satchitananda của Upanishads (Áo nghĩa Thư). Tuy nhiên, Samapattis không phải là Rigpa. Chúng chỉ là những kinh nghiệm huyền bí đặc tính hóa bởi hỷ lạc, ánh sáng, không giới hạn...Chúng là trạng thái điều kiện của tâm thức (Phạm sainskrta-dharma) và như vậy chúng vô thường và không vĩnh cửu. Nó không chỉ định là mục trên tối hậu và sự hiện hữu phi điều kiện (Phạm-asainskrta-dharma).(6)

Do đó, một tái sinh thuộc về trời trường thọ hay những thiên thần trên thiên đường không tiêu biểu cho giải thoát tối hậu hay giải thoát khỏi samsara, trong ánh sáng của giáo lý đạo Phật. Trạng thái của chư Thiên hay Thần Thánh là trạng thái có điều kiện của ý thức tạo ra bởi những nguyên nhân trước đó, và khi phước nghiệp tiêu hao họ sẽ tái sinh ở một chỗ khác. Ví dụ, vào thời quá khứ, (chúng ta) đã hiện hữu hàng triệu, thậm chí hàng tỉ năm trong trạng thái tâm thức vũ trụ. Sau đó, từ hiện hữu nguyên thủy trong ánh sáng và hỷ lạc như Trời Brahma trong Abhasvara Brahmaloaka “phạm vi thuần Thanh Tĩnh Quang” chúng ta rơi xuống tái sinh như con người trên mặt đất. Đây là nguồn gốc của thân hoại Phật Giáo [7]. Thế nên thực

hành thiền định hay samatha-bhavana, và thành thạo Dhyana để tìm những tái sinh trong những cõi Trời thuộc Deva và Brahma thuộc cõi Thiên đường và tâm linh cao hơn tương ứng đều tiêu biểu cho sự lạc hướng. Một lạc hướng là xa rời trung tâm hay đi lệch con đường tâm linh.

Ngoài ra, ngay cả dù tinh thông những Dhyana qua thực hành samatha, chúng ta sẽ không thể kiểm soát những hậu quả phụ (*rkyen*) gây ra cho samskaras, đó là, những thúc đẩy vô thức làm bộc phát những cảm xúc ý thức như sân hận và tham dục trong dòng tâm thức của chúng ta. Chúng ta sẽ không thể phát triển tự tín vào sự phát hiện Rigpa của mình. Ví dụ, chúng ta có thể thăm nhiều lần căn phòng tối giữ đối tượng huyền bí vì đã có bản sao chìa khóa. Nhưng bất chấp nhiều lần thăm căn phòng đó, cũng không giống như việc đem đối tượng huyền bí đó ra ngoài ánh sáng mặt trời và đem nó đi bất cứ đâu trong thế gian. Để có thể làm như vậy, đòi hỏi phải có lòng tin không nghi ngại. Chúng ta sẽ chẳng cần giữ thiền định và thời công phu của mình.

Trí huệ như Nền Tảng của Giải Thoát

Để tiếp tục với xác tín trong thiền, giống như một sư tử mạnh mẽ, vua của các dã thú, đi lang thang khắp rừng rậm một cách nhàn hạ không sợ hãi. Trong cách này không có bất cứ bám chấp hay ghét bỏ nào, chúng ta phải nhận biết bất kỳ những gì khởi lên (*gang shar*) là biểu hiện thực sự của năng lượng sáng tạo Rigpa (*rig-pa rtsal*). Trí huệ hay gnosis này (*ye-shes*) chính là căn bản giải thoát. Tương tự, trong truyền thống Gnostic ở phương Tây, nó là trí huệ (Hi Lạp - gnosis) đem cứu rỗi và không phải niềm tin hay lòng tin (Hi Lạp - Pistis), với niềm tin dù có hay không việc ép buộc của Nhà Thờ và những Kinh Điển có thẩm quyền, vẫn chỉ là tạm thời và tối hậu nó tiêu biểu cho vô minh. Chúng ta có niềm tin (*dad-pa*) trong giáo lý, và có thể giác ngộ, giải thoát cho đến khi ta hình thành việc sở hữu trí huệ lập tức này (hay gnosis) qua kinh nghiệm trực tiếp của mình. Sự cứu chuộc chỉ được nhận biết qua trí huệ trực tiếp này, nó không đến qua những Nhà thờ hay Trung tâm Giáo Pháp mà họ tự cho là thiền định giữa cá nhân và các Đấng cao hơn và có quyền ban phát cứu rỗi cho các thành viên. Tất cả trình bày bởi các Giáo sĩ và Nhà thờ sở hữu độc quyền những phương tiện để cứu rỗi đều giả tạo và chỉ phục vụ cho sự lôi kéo một cách khéo léo của họ trên con đường. Một Nhà thờ hay tu viện, một Trung tâm Pháp, giống như bất kỳ tổ chức xã hội nào, là có điều kiện và vô thường. Những tổ chức này chỉ tiêu biểu cho phương tiện, hoặc có ích hoặc không, họ không phải là mục tiêu. Cộng đồng các Thánh thực sự, Arya Sangha (các Thánh Tăng) siêu vượt lên bất kỳ tổ chức trần tục nào, các tổ chức này thường có tính lịch sử, xã hội và hoàn cảnh văn hóa.

16. Nhận biết Tính chất của Niệm tưởng và Kinh nghiệm

Nếu chúng ta không tin vào con đường giải thoát này, không tin tưởng vào sự tự-giải thoát của các niệm tưởng lan man khi chúng khởi lên trong tâm và không thực hành điểm trọng yếu trong thời thiền, chúng ta sẽ rơi lại vào những khả năng phong phú của tâm thức (*rig-pa'i rtsal lhung-ba*), sẽ thấy chính mình một lần nữa sống trong sự phản chiếu và ảo ảnh thay đổi liên tục của giấc mộng Samsara. Và chúng ta mau chóng thấy mình bị choáng ngợp dưới những dòng tư tưởng ngằm (*og 'gyu'i rnam-rtog*), giống như nước ngằm nằm dưới lớp cỏ cao trong vùng sinh lầy hoang vu. Một lần nữa, chúng ta thấy mình mắc kẹt, tiếp tục tích tụ nghiệp và đầu thai trong Samsara. Tuy nhiên nếu niệm tưởng, dù thô hay tế; tự-giải thoát không để lại dấu vết, cũng giống như mây tan trong bầu trời, chúng ta sẽ không tạo ra bất kỳ nghiệp mới nào. Vậy, bất cứ khi nào niệm khởi lên, không nên để chúng trở thành những ảo giác sinh sôi ngấm ngấm (*'og 'gyu 'khrul 'byams*). Mặt khác, chúng ta sẽ vướng vào mạng lưới ký ức tạo tác bởi tâm (*bles byas 'jur dran*). Mà hơn thế, chúng ta phải liên tục trong trạng thái tỉnh giác tự nhiên tự xảy đến (*rang babs gnyug-ma'i dran-pa*) và không bao giờ tách rời điều này. Trong cách này, chúng ta đi đến nhận biết tính chất của bất kỳ niệm nào khởi lên (*rnam-rtog ci shar rang ngo shes-par byas*). Chìa khóa ở đây là sự nhận thức (*ngo shes-pa*). Khi niệm tưởng khởi lên, cần trở lại sự chú tâm trên chúng, nhận biết chúng là gì và không chạy theo, hãy để chúng tồn tại trong chính hoàn cảnh tự nhiên của chúng (*rang sor zin*) và hoà nhập vào chúng. Điều này giống như gặp lại ai đó trong đường phố đông đúc mà ta đã từng gặp trước đây. Chúng ta vui mừng khi gặp gỡ và sau đó đường ai nấy đi. Đây là điểm trọng yếu của thực hành, và phương pháp này được biết là *gcer-grol* “Giải thoát qua chú tâm đơn giản”.

Trong mạch văn hiện nay, *dran-pa* nghĩa thông thường là “ký ức” và “nhớ lại” và có nghĩa “tỉnh thức” (Phạn *Smṛti*, Pali *Sati*). Tỉnh thức là sự thăng bằng của *Rigpa*, sẵn sàng chú tâm nhận biết trực tiếp bất cứ niệm nào khởi lên trong tâm nhận thức. Điều này giống như người thợ săn kiên nhẫn ẩn núp chờ đợi, cung tên sẵn sàng khi con nai ra khỏi rừng. Ông ta đang đợi, tâm thức linh hoạt và tỉnh thức, không xao lãng, ngay cả nếu ông ta phải chờ đợi hàng giờ. Nếu xao lãng, ông ta có thể bỏ lỡ mục tiêu khi con nai xuất hiện. Ở một phạm trù nào đó, sự chú tâm và tiến trình nhận thức này là hoạt động của tâm, giống như nhận ra một khuôn mặt quen thuộc giữa đám đông, hay một thợ săn nhận ra một con nai giữa rừng cây. Nhưng khi một niệm khởi lên, nếu chúng ta nghĩ: “ồ! một niệm đã xuất hiện, tôi phải giải thoát chúng” là một sai lầm trong thực hành. Sự nhận biết phải gần như tự động và tức thời, sau đó hãy để niệm tưởng tự giải thoát. Chúng ta duy trì trong suốt thời gian thiền và không nên tập trung hay can thiệp bằng tư duy. Chúng ta hãy để nó đi tự nhiên theo con đường của nó và không chạy theo. Sau đó nó sẽ tự biến mất không cần ép buộc. Chúng ta hãy để niệm tưởng tan biến vào trong bầu trời tâm không để lại dấu vết (*rjes med*). Chúng ta chỉ quan sát những đám mây tan trong bầu trời để

cảm nhận cho tiến trình này. Niệm tưởng trong tâm tan biến trong tâm, giá trị của chúng không hơn gì màn sương buổi sáng.

Vào lúc bắt đầu thực hành, đây là điều chúng ta phải liên tục, nhưng nếu không theo tiến trình, không tịnh hóa niệm tưởng bằng cách để chúng tự-giải thoát, mà chỉ nhận ra chúng như những niệm tưởng, chúng ta sẽ không thành công trong việc ngăn dòng hoạt động ảo tưởng của tâm (*rnam-rtog ngos shes-pa tsam gyi 'khrul-pa'i las rgyun mi chod-pa*). Điều này giống như thấy chính mình trong một giấc mơ rõ ràng. Chúng ta nhận ra giấc mộng như một giấc mộng, và vẫn duy trì việc nắm lấy giấc mộng. Trong trường hợp đó rất dễ rơi lại vào hôn trầm, nhầm lẫn giấc mộng là có thực. Vậy, trước tiên phải nhận ra mỗi niệm là một niệm, thấy khuôn mặt thật không che đậy của nó (*gcer mthong*), không có khái niệm hay hành động can thiệp của trí thông minh. Chúng ta nhận biết trí huệ (*ye-shes*) đã nhận ra trước đó (*sngon 'dris kyi ye-shes de nyid ngos bzung*), trí huệ biết niệm tưởng là không, và cũng biết chúng là biểu hiện của năng lượng, và chúng ta hiện hữu trong trạng thái đó (*ngang la bzha-gpa*). Nhưng cùng lúc với nhận thức này (*ngos bzhung*) hãy để cho niệm tưởng tự giải thoát, tan biến vào điều kiện nguyên thủy tiềm tàng của thanh tịnh và tánh không, không để lại một dấu vết. Thế nên, nhận biết và giải thoát này phải cùng nhau xảy ra.

17. Thiền Định và Tự-Giải Thoát

Khi chúng ta trong trạng thái thiền, ngay cả dù niệm khởi lên, chúng không có khả năng hay năng lực làm hại hay xao lãng thiền định của ta. Niệm tưởng có thể khởi lên như trước, vì đây là hoạt động tự nhiên của tâm, nhưng sự giải thoát niệm không là kinh nghiệm của người thường, mà là của Yogin. Với Yogin, khi niệm khởi họ không bị ảnh hưởng bởi sự phán đoán hay những tiến trình tâm thức khác. Họ chỉ giữ nguyên “sự trang hoàng” (*rgyam*) của bản tâm. Giác Tánh nội tại giống như gương phản chiếu tất cả hoạt động tâm thức bận rộn này (*rtsal*), nhưng không dính líu và bị ảnh hưởng, giống như người già trong công viên xem trẻ em nô đùa. Nhưng nếu đi theo những niệm này, chúng ta giống như người cha của triết gia Chandrakirti, ông nằm dưới một bao gạo lớn được treo bằng dây thừng trên đà ngang của căn lều, suy tính và mơ mộng về những gì sẽ làm với tài sản của mình, tiêu biểu là bao gạo, rồi dây đứt, bao gạo rơi ngay đầu và ông chết ngay.

Nếu biết phương pháp thiền định, nhưng không biết cách giải thoát, chúng ta sẽ giống như chư Thiên hay Deva cư trú trên những Dhyana khác nhau hay những cõi tâm linh. Chúng ta sẽ chỉ duy trì trạng thái tĩnh lặng với thực hành samatha của mình (*zhi-gnas 'jig-pa*) và đi vào thực hành vipashyana (*lhag-mthong*). Một số học giả nói rằng chỉ cần nhận biết trạng thái tĩnh lặng ngược với những động niệm là đủ. Nhưng đây là một sai lầm, vì chúng ta sẽ thấy choáng ngợp và bị nguy hiểm trong những hoàn cảnh bất lợi; quên hết những gì đã học. Trong thực hành vipashyana,

chúng ta không còn bị giới hạn bởi một nhân chứng không dính líu. Xem xét thụ động những hoạt động của niệm tưởng giống như người già xem trẻ em nô đùa, mà Giác Tánh của chúng ta đại hợp nhất với hành động, để không có khác biệt giữa hành động và tỉnh giác. Nhưng một hành giả không thể làm được điều này cho đến khi trước tiên họ tách rời tỉnh giác khỏi hành vi, như trong ví dụ Rushan. Mục tiêu không phải là Kaivalya, tức sự cô lập tỉnh giác khỏi hành động, như là trường hợp của Jainism và triết lý Samkhya, mà là sự đại hợp nhất của chúng (Phạn – yuganaddha). Đây là toàn cảnh trong đó Dzogchen không giống với nhiều hệ thống thiền định khác xác định mục đích là sự cô lập (Phạn-kaivalya) của một Giác Tánh hay ý thức thụ động (gọi khác là Phạn – purusa, jiva, hay atman) từ sự phô bày của năng lượng là thế giới và tính chất (Phạn – prakrti). Trong Dzogchen, Giác Tánh là chủ động đúng như Phật tánh hoạt động trong thế gian, mặc dù tinh túy của nó vượt lên thế gian.

18. Sự xuất hiện của niệm tưởng trở thành Thiền Định

Khi chúng ta thực hành quen thuộc theo cách này một thời gian dài, sự xuất hiện của niệm đơn thuần tự nó trở thành thiền định. Nó không khác với bất kỳ niệm nào khởi lên hay không. Ranh giới giữa trạng thái tĩnh lặng và động niệm hoàn toàn tiêu hao. Động niệm bây giờ thấy trực tiếp như ánh sáng không thể mô tả, sự xuất hiện của ánh sáng trong suốt của Nền đó là Trạng thái Nguyên Sơ. Những chuyển động này không gây tổn hại hay quấy rối trung tâm tĩnh lặng thâm sâu. Hơn là những chuyển động như những niệm lan man, đó là giới hạn hay hạn chế vốn có, nó xảy ra như một trí huệ trực tiếp và tức thời hay gnosis (*ye-shes*), đó là sự thấu suốt trực tiếp toàn khắp (*zang thal*). Niệm tưởng xuất hiện tự nhiên như trí huệ thấu suốt trực tiếp này (*ye-shes zang-thal*) không có bất kỳ tiến trình can thiệp hay chuyển hóa nghiệp kiến bất tịnh thành cái thấy thanh tịnh, như là trường hợp thực hành của hệ thống Tantra. Tuy nhiên, với người quan sát bên ngoài, tâm của vị Siddha có thể nhìn sự ngộ nhận như một tâm bình thường vì niệm tưởng thế gian liên tục khởi lên mà ở đây tất cả không dễ dàng và nhẹ nhàng chút nào. Vị Yogin tiếp tục thêm muốn, khao khát và thải ra chừng nào họ còn trong thân vật chất, sản phẩm của nghiệp quá khứ. Ngay cả dù tia sáng mặt trời buổi sáng chiếu vào băng giá, băng không tan tức thời; tương tự, tất cả phẩm tính của giác ngộ không biểu hiện lập tức, ngay cả dù tâm đã nhận ra giác ngộ, trái lại, những cá nhân bình thường luôn luôn cố gắng đè nén hay tạo tác niệm tưởng (*dgag sgrub*) và tiếp tục tích tụ năng lượng của Samskara (những thôi thúc vô thức); Yogin nhận ra sự giải thoát của cùng niệm tưởng này chính xác vào lúc nó khởi lên.

19. Bốn Phương Thức Giải Thoát

Trong Dzogchen chúng ta nói về ba hay bốn cách giải thoát (*grol lug*)

1. *gcer-grol* (phát âm *cher-drol*) “giải thoát qua chú tâm đơn giản”.

2. *shar-grol* (phát âm *shar-drol*) “giải thoát ngay khi nó khởi lên”
3. *rang-grol* (phát âm *rang-drol*) “tự giải thoát” và
4. *ye-grol* (phát âm *ye-drol*) “giải thoát nguyên sơ”

Trong bản văn, những ẩn dụ được đưa ra để minh họa ý nghĩa của những phương thức giải thoát. *gCer-grol* là giải thoát bằng cách nhận biết niệm tưởng, giống như gặp lại một người đã từng gặp trước đó. *Shar-grol*, niệm tưởng tự giải thoát sau khi khởi lên giống như con rắn cuộn tròn tự nó mở ra. Nhưng *rang-grol*, niệm khởi lên và tự giải thoát tức thời tự nhiên giống như tên trộm vào một nhà trống không thấy gì để lấy. Do đó, không có lợi ích hay tổn hại cho trạng thái thiền từ lúc niệm xuất hiện và giải thoát. Ba cách đầu giải thoát liên quan đến tiến trình giải thoát niệm; trái lại giải thoát nguyên sơ liên quan đến tự thân Rigpa, hoàn toàn giải thoát chưa từng trái ngược ngay từ lúc khởi đầu.

Trong phương pháp *gcer-grol* này “giải thoát qua chú tâm đơn giản” hiện hữu một hoạt động tâm linh tối thiểu; chúng ta chuyển sự chú tâm vào niệm ngay khi nó khởi lên và nhận biết nó như một niệm. Điều này giống như thấy một người trong đám đông như người lạ, và sau đó đột ngột nhận ra họ là người quen cũ. Mặc dù điều này có thể trở thành một tiến trình tự động rộng lớn, ở đây vẫn hiện hữu một lỗ hổng nhỏ giữa sự xuất hiện của niệm, sự nhận ra hiện diện của nó và sự nhận biết nó như một niệm ở một mặt này và nó tan biến lại ở một mặt khác. Với người mới bắt đầu thực hành này là thích hợp, nhưng sau này nếu nó không được vượt lên, nó sẽ trở thành một khiếm khuyết.

Ở giai đoạn kế tiếp, niệm tưởng tan biến ngay khi nó khởi lên. Ngài Patrul Rinpoche diễn giải tiến trình này với ví dụ vẽ tranh trên nước. Bức tranh tan biến ngay khi nó được vẽ. Sự vẽ và sự tan biến cùng lúc. Vậy ở đây sự xuất hiện (*shar-ba*) và giải thoát (*grol-ba*) của niệm là đồng thời. Không có khoảng cách hay bất liên tục giữa sự tự xuất hiện và tự giải thoát của niệm tưởng. Do đó tiến trình này khác với sự giải thoát qua chú tâm đơn giản và được biết là *shar-grol* “giải thoát ngay khi nó khởi lên”. Ở đây vẫn tồn tại một ít khác biệt về mặt những giai đoạn giữa sự khởi lên và tan biến. Tuy nhiên trong thực hành *shar-grol* này không có bất kỳ nỗ lực đè nén sự khởi lên niệm tưởng nào. Không có năng lượng cho nỗ lực đó, và tiến trình giải thoát là tự nhiên tự động và không cố gắng (*rtsol med*). Trái lại, với thực hành *gcer-grol*, vẫn tồn tại một cố gắng tối thiểu của sự chú tâm đơn giản, ở đây không có nỗ lực như vậy. Bất cứ lúc nào niệm khởi lên, chúng lập tức mang theo một động lượng vào trạng thái tự nhiên và giải thoát. Do vậy niệm khởi là thanh tịnh, là giải thoát bằng con đường chính khả năng (*rtsal*) của Dharmakaya. Chúng đi vào giải thoát không cố gắng (*rtsol med*) bằng phương tiện chính năng lượng và động lượng của sự khởi lên của nó. Do đó, bản văn viện dẫn hình ảnh con rắn cuộn tròn tự nó mở ra. Khi một niệm khởi lên, mang theo một thay đổi năng lượng mạnh mẽ như niệm tham dục hay sân hận, sau đó Giác tánh (*rig-pa*) hiện diện vào lúc niệm tưởng giải thoát sẽ mạnh mẽ và rõ ràng hơn. Thế nên, cảm xúc (Phạn-klesa-phiền não) trở

thành bạn và người giúp đỡ cho Rigpa thay cho chống đối và thù địch. Theo cách này, tất cả niệm lan man khởi lên là biểu hiện của năng lượng vốn có của tự thân bản tánh thấu suốt trực tiếp của Rigpa (*rig-pa zang-thal gyi ngang las rang rtsal du 'char-ba*). Chúng ta tiếp tục trong trạng thái đó không chấp nhận, không từ khước bất cứ gì vào bất kỳ lúc nào (*blang dor med-par bskyangs-pa*). Chúng ta vẫn tiếp tục giữ sự nhận biết của Dharmakaya trên khía cạnh giải thoát (*grol-cha'i chos-sku ngos bzung*) và vẫn còn một số nhị nguyên vi tế ở đây.

Trong giai đoạn thứ ba, ngay cả sự phân biệt giữa việc khởi lên và giải thoát hay tan biến được vượt lên. Do đó hình ảnh được tác giả viện dẫn là một tên trộm vào căn nhà trống mà không có gì để lấy. Khi niệm khởi, chúng giải thoát lập tức và không cách nào vượt lên được Dharmakaya. Có thể nói, chính sự khởi lên là sự giải thoát, và không có bất kỳ phân biệt nào giữa hai thời kỳ hay hai khoảnh khắc. Giải thoát hoàn toàn tự động, tự phát, không cố gắng, và lập tức, tiến trình được biết là tự-giải thoát. Niệm giải thoát như chúng khởi lên, chính sự khởi lên này là tiến trình giải thoát của nó. Đây là phương pháp đúng đắn của Dzogchen, và tất cả những điều khác chỉ là sự chuẩn bị.

20. Samsara và Nirvana

Chúng ta cần không bị trói buộc trong Samsara bởi những phiền não tiêu cực của mình, bị giam giữ trong tiến trình tuần hoàn của niệm tưởng và cảm xúc vô tận khởi lên. Trong hệ thống Sutra, Samsara (*'khor-ba* – Luân hồi) được định nghĩa một cách quy ước là vòng tuần hoàn của hành động, cả hai tinh thần lẫn thân xác, trái lại Nirvana (*myang 'das* – Niết bàn – vượt lên phiền não) được định nghĩa như sự tĩnh lặng hay an bình rốt ráo. Do đó, chúng ta có từ Tây Tạng đồng nghĩa là *srid-pa* “thích hợp” với Samsara và *zhi-ba* “an bình, tĩnh lặng” cho Nirvana. Samsara tiêu biểu cho điều kiện hiện hữu (Phạn – samskṛta – dharma), trạng thái điều kiện của tâm hay tiến trình tư duy, ở đó hiện tượng tâm linh (Phạn – dharma) được đem vào ý thức bởi những nguyên nhân trước đó; như một phần của chuỗi nguyên nhân từ vô thủy hay độc lập nguyên thủy (Phạn – pratīyasamutpada). Samsara là *thượng hạng* là sự hoạt động của niệm tưởng, trái lại Nirvana của các Arhat (A-la-hán) như Shravaka (Thanh văn) hay những hành giả Hinayana (Tiểu Thừa) tự cao về nó, là trạng thái tĩnh lặng rốt ráo, trong đó hoạt động của cảm xúc không còn khởi lên. Nhưng Mahayana không lấy Nirvana của Arhat là mục tiêu sau cùng, hay ngay cả là hiện hữu không điều kiện (Phạn – asamskṛta-dharma). Theo giáo lý Mahayana, Arhat vẫn còn đau khổ với những chướng ngại tri thức rất vi tế (vi tế hoặc), sau khi trạng thái Nirvana của họ tiêu hao, họ phải hiện hữu một lần nữa trong cõi cao hơn của Rupadhatu (Sắc Giới). Và vì thế, để đạt được giải thoát thực sự khỏi Samsara, chúng ta phải bắt đầu thực hành sự nghiệp của Bodhisattva. Sau đó, chúng ta có thể nhận ra mục tiêu tối hậu của Phật tánh. Tuy nhiên, không cần tái sinh trở lại làm

người sau khi đạt được trạng thái của một A-la-hán (*dgra-bcom-pa*) một vị thánh viên mãn đã chiến thắng cảm xúc.

Tuy nhiên, Dzogchen hiểu vấn đề theo cách khác. Với Dzogchen, sự giải thoát có nghĩa giải thoát cả Luân hồi và Niết bàn. Mục tiêu của Dzogchen là giải thoát trong đời này hay lập tức đi theo cái chết thân xác trong trạng thái Bardo, hơn là đạt được điều gì đó trong các Cõi Trời tương lai. Trong hệ thống Tantra, Samsara và Nirvana được tưởng tượng như hai con đường song song, hay một trong hai thực tại, một của nghiệp kiến bất tịnh của sáu cõi tái sinh thuộc chúng sanh mê lầm bình thường và một của kiến thanh tịnh của các bổn tôn và mandala thuộc các đấng Giác Ngộ. Cái đầu là kết quả của vô minh và sự ngăn che của các chúng sanh bình thường, trái lại cái thứ hai là kết quả của trí huệ hay gnosis của các bậc Giác Ngộ. Nhưng trong Dzogchen, hai thực tại tách biệt Samsara và Nirvana đồng thời ở trong cùng một giai đoạn không nhầm lẫn. Thế giới bên ngoài là một mandala và tất cả chúng sanh là bổn tôn, tất cả mọi sự xem như đã làm trước đó, không có tiến trình quán tưởng hay chuyển hóa xảy ra trước đó để đem điều này vào khái niệm sắp tới. Núi là núi, nhưng mỗi núi là Sumeru (Tu Di). Giác ngộ không là sự đi lên một nơi nào khác, một sự đào thoát khỏi trái đất đến những cõi Trời cao hơn, điều này là một so sánh chung cho con đường tâm linh trong truyền thống huyền bí thấy khắp thế giới. Ngoài ra, giác ngộ là việc xảy ra bây giờ và ở đây. Trong ánh sáng của Dzogchen, niệm lan man siêu việt hơn giới hạn vốn có của chúng hiển lộ vững vàng như trí huệ. Đây là sự tự-hiển lộ những gì đã bị che dấu trước đó. Cái được tìm thấy vào lúc cuối là cái đã hiện hữu vào lúc bắt đầu; Alpha và Omega (đầu và cuối) hiện diện đồng thời. Đây là sự tự-hiển lộ của trí huệ là sự hợp nhất (*mnyam nyid*), và vẫn tồn tại đa dạng không gây tổn hại, cả hai đều chứa gnosis hay trí huệ Nguyên Sơ.

21. Giáo lý Đặc Biệt của Dzogchen

Phương pháp này, niệm tưởng tự tịnh hóa bằng cách tự-giải thoát không để lại một dấu vết là giáo lý đặc biệt của Đại Viên Mãn tự nhiên (*rang-bzhin rdzogs-pa chen-po'i khyad-chos*) và không thấy ở đâu khác trong hệ thống Tantra và Sutra. Nó là điểm trọng yếu trong vấn đề đang thảo luận. Niệm mê lầm (*'khrul rtog*) được tịnh hóa bằng cách chúng hiển lộ vững chắc như trí huệ hay tri kiến nguyên thủy, như tỉnh giác bổn nguyên (*ye-shes*). Bằng phương tiện của phương pháp này, phiền não hay những cảm xúc tiêu cực của chúng ta (*nyon-mongs-pa*, Phạn – klesa) có thể chuyển hóa chúng ta từ bị giam cầm trói buộc trong bánh xe Luân Hồi thành chính phương tiện để giải thoát, và năng lượng chúng phát ra có thể sử dụng cho mục tiêu này. Qua sự giải thoát tất cả niệm tiêu cực, tích cực, chúng ta thoát khỏi giới hạn của cả Samsara và Nirvana. Chúng ta nhận biết sự tự tại vốn có, sự giải thoát nguyên thủy của mình hay *ye-grol* mà chúng ta đã sở hữu trước khi rơi vào sự giới hạn và lệch hướng của vòng luân hồi đè nén, đây là tự tại mà chúng ta chưa bao giờ mất, chỉ là sự quên lãng và chưa nhận ra nó. Chúng ta quên thật Tánh của mình, chúng ta

thật sự là ai. Nhưng, bây giờ chúng ta trở lại thời nguyên thủy sơ khai trọn vẹn, hay ra ngoài toàn bộ hoàn cảnh riêng hiện nay của chúng ta, hoàn cảnh xa lạ này làm chúng ta thấy mình bị lưu đầy và bị trói buộc với thời gian và hoàn cảnh. Bây giờ chúng ta đi vào giai đoạn không có gì để mất khi làm (*mi slob-pa'i lam*), thoát khỏi sự cần thiết phải cố gắng hoàn thành điều gì đó, chúng ta được tự do làm mọi thứ.

Nếu thực hành tốt theo cách này, chúng ta sẽ nhận biết cùng lúc những con đường và giai đoạn (*sa lam*); đó là: năm con đường (*lam lnga*) và mười giai đoạn (*sa bcu*) theo hệ thống Sutra, điều đó giới hạn sự nghiệp Bồ Tát. Nhưng trái lại, theo hệ thống Sutra, nó chiếm vô số kiếp trải dài ba vô lượng kalpas của hành giả để nhận biết mục đích của Phật Tánh. Hành giả Dzogchen có thể thành tựu điều này trong một kiếp qua sự nhận biết của Rigpa. Thế nên, Dzogchen nói chỉ có một giai đoạn duy nhất (*sa gcig-pa*). Hành giả Dzogchen giống như chim Garuda to lớn (Kim xí Điểu) đã đầy đủ hình tướng, thậm chí khi còn trong trứng cánh của nó đã hoàn thiện. Khi vỏ trứng bể, chim Garuda nhảy ra và phát triển hoàn toàn đầy đủ, nó có thể bay đến bất cứ đâu trong vũ trụ một cách nhanh chóng. Hoặc hành giả như một sư tử con, sanh ra từ bụng mẹ, nó gặm thét và tất cả các thú khác trong rừng đều bị khuất phục.

Nếu không sở hữu lòng tin vào sự tự-giải thoát này, tuy tự hào rằng quan điểm của mình cao, thiền định sâu, chúng ta sẽ không có cách làm tan biến phiền não (Phạn – Klesa) khi chúng xuất hiện. Chúng ta không hơn gì kẻ khoe khoang và đạo đức giả, tự lừa mình và người khác, giống như việc làm của các Guru giả mạo. Trong thế giới chúng ta không thiếu những hướng dẫn sai lầm như vậy (*log 'dren*). Đây không phải là con đường thực và chỉ có thể dẫn người làm ra nó vào địa ngục Vajra (vô gián) tự mình tạo. Giống như con rắn trong ống rỗng, nó chỉ có thể đi lên để tự do hay đi xuống để chịu trừng phạt, không có cách lựa chọn nào khác. Đây là con đường cho hành giả Dzogchen.

Nhưng nếu chúng ta thật sự hiểu được điểm trọng yếu của sự tự-giải thoát niệm tưởng, dựa vào những hướng dẫn của vị thầy, chúng ta không cần tìm kiếm một quan điểm cao hơn. Sở hữu điểm trọng yếu này chúng ta không thể làm trái với dòng tâm thức tự tại của mình khỏi tất cả trói buộc của suy nghĩ nhị nguyên (*rang rgyud gnyis 'dzin gyi 'ching-ba las grol-ba*). Đến một hòn đảo đầy vàng, chúng ta không cần tìm những cục đá bình thường. Đây là ý nghĩa của trình bày thứ ba của Garab Dorje.

KẾT LUẬN

22. Giáo lý Upadesha

Tác giả, Patrul Rinpoche kết luận bằng việc nói về ba điểm trọng yếu không sai lạc này đủ để đem hành giả lập tức vào trạng thái Tỉnh giác thấu suốt trực tiếp (*Rig-pa zang-thal gyi ngang du chig-chod du khyer-ba'i gnad ma nor-bu*), và trong thực tế Giác Tánh thấu suốt trực tiếp này (*Rig-pa zang-thal*) tự nó tiêu biểu cho sự

hợp nhất Kiến, Thiền, Hành và Quả của Đại Viên Mãn tự nhiên (*rang-bzhin rdzogs-pa chen-po'i lta sgom spyod 'bras bzhi-ka*). Bản văn này không chỉ liên quan đến Kiến của Dzogchen mà còn với Thiền, Hành của hành giả Dzogchen.

Bản văn chúng ta có ở đây là một Upadesha ưu việt (*man-ngag*) “một hướng dẫn bí mật” có thể nói là một hướng dẫn thông tin riêng và trong sự tin tưởng từ thầy sang trò. Một Upadesha đặt căn bản trên kinh nghiệm cá nhân của vị thầy trong thực hành thiền định hơn là những phân tích triết học và truyền thống kinh viện. Thuật ngữ Phạn Upadesha dịch sang Tạng ngữ là *man-ngag*, đó là không (*man*) nói lớn (*ngag*) trong nơi công cộng. Do đó một Upadesha không như một luận thư triết học hay một luận bình kinh điển có thể là Shastra (*bstan bcos*) [luận] tức một bản văn xây dựng (*scos-pa*) bằng một học thuyết (*bstan-pa*).

Tuy nhiên theo sự giải thích chung của những người theo hệ thống kinh điển (*gzhung-lugs-pa spyi'i chos skad*), có thể nói phương pháp kinh viện và triết học của hệ thống Sutra theo sau bởi Lama học giả thuộc về những học phái khác nhau của Phật giáo Tây Tạng, đối tượng của tri thức duy lý được đánh giá theo tiêu chuẩn khác nhau (*gtan-tshigs*) về mặt phân tích hợp lý và trích dẫn từ những kinh điển có thẩm quyền (*shes-bya'i blo yul la lung rigs gtan-tshigs gzhat*). Trong một luận thư triết học (*bstan-bcos*), một học giả ghi chép lại vấn đề theo một dạng rất hệ thống (*gtan-la 'bebs-pa*). Nhưng điều này không phải là trường hợp ở đây, vì tác giả không viết từ quan điểm của một triết gia hay một học giả của Sutra và Shastra, mà từ quan điểm của sự trao truyền đã nhận từ vị thầy của họ và sự hiểu biết sinh ra từ kinh nghiệm trực tiếp của cá nhân họ về sự xuất hiện của Giác Tánh nguyên thủy không che đậy này là tự thân của quan điểm; con đường của cái thấy của *rig-pa'i ye-shes*, “một trí huệ hay sự nhận biết đó là Giác Tánh nội tại tức thời” (*rig-pa'i ye-shes kyi lta-ba*). Vì lý do này, cái thấy rất ráo rạo bao gồm Thiền và Hành. Đây là điều quan trọng phải hiểu. Cái thấy và thực hành thiền rất ráo giống nhau, cùng một mùi vị (*lta sgom du ro-gcig yin-pa*).

23. Sự lên đến tột điểm của Chín Thừa

Cái thấy này, sở hữu trong tự thân nó ba điểm trọng yếu (*gnad gsum ldan-pa'i lta-ba*), được gọi là sự phát triển cực điểm hay lên đến tột đỉnh của Chín Thừa thành tựu đến giác ngộ (*theg-pa rim dgu'i rtse-mo*) và tiêu biểu cho điểm trọng yếu không lỗi hay không sai lầm của con đường Thanh Tịnh Nguyên Thủy, là Đại Viên Mãn tự nhiên (*rang-bzhin rdzogs-pa chen-po'i ka-dag gi lam gnad ma nor-ba*) có thể nói là thực hành Thekchod. Upadesha ở đây đã đề cập thực hành này.

Mặc dù mỗi Yana hay Thừa (*theg-pa*) đến giác ngộ hoàn toàn đúng và đủ đem hành giả đến giải thoát, mỗi Yana sở hữu cái thấy dứt khoát và những phương pháp đặc biệt riêng nó, như đã giải thích trong giới thiệu trên. Tuy nhiên, Dzogchen Atiyoga tiêu biểu cho sự phát triển tột đỉnh của nó về mặt cái thấy là tự thân Dharmakaya. Và vì Dzogchen tự thân nó không bị ngăn che hay hạn chế bởi bất kỳ

giới hạn nào về mặt thực hành, một Dzogchenpa hay hành giả Dzogchen, có thể sử dụng bất kỳ phương pháp nào gặp trong những Thừa khác và thực hành khi thấy hữu ích và cần thiết. Nhưng phải luôn duy trì quan điểm Dzogchen. Một khi lên đến tột đỉnh của đỉnh núi Dzogchen, chúng ta không nên thoái lui vào bất kỳ cái thấy thấp hơn nào, vì có thể tạo chướng ngại cho sự phát triển xa hơn của mình. Về phần con đường tâm linh đến giác ngộ và giải thoát, bình diện cao hơn của giáo lý bao gồm và nâng cao những giáo lý thấp, hơn là loại ra. Vì thế, tất cả phương pháp thấy trong Sutra và Tantra đều bộc lộ với Dzogchenpa, nhưng hành giả Dzogchen không bị giới hạn bởi chúng. Sự thực hành nên thích nghi với cá nhân, theo nhu cầu và khả năng của họ, và không ép buộc cá nhân theo khuôn mẫu của thực hành. Đây là điểm sâu xa cần được hiểu rõ. Do đó trong bản văn nói tất cả phương pháp thấy trong tám thừa thấp đó là Sutra và Tantra, đi kèm cái thấy của Dzogchen như người bạn và người giúp đỡ.

24. Ánh sáng của trí huệ phân biệt tự sáng tạo.

Vào lúc chúng ta gặp trực tiếp khuôn mặt thật của ánh sáng bên trong, ngọn đèn của trí huệ phân biệt tự-sáng tạo, là Giác tánh thanh tịnh Nguyên Thủy (*ka-dag rig-pa shes-rab rang-byung gi sgron-me'i rang zhal mjal-ba'i tshe*) trí huệ phân biệt này sinh ra từ năng lực của thiền định bộc phát (*sgom byung gi shes-rab tu'bar*) không nỗ lực, tự phát và trở thành như một sự tràn ngập ánh sáng rực rỡ lũ lụt thế gian. Ở đây xuất hiện một tham khảo cho thực hành Thodgal. Chữ Tạng *Sgron-me*, nghĩa đen là “đèn” cũng có thể dịch là “ánh sáng”. Ngọn đèn của trí huệ phân biệt tự sáng tạo (*shes-rab rang byung gi sgron-me*) là một trong sáu ngọn đèn của Thodgal (*sgron-me drug*). (Hãy xem phần bình luận các dòng ở dưới). Mục tiêu của Thodgal là phát triển thiền của hành giả qua thực hành cái thấy (*snang-ba*). Nội Thanh Tịnh Quang của tánh chất giác ngộ của hành giả, chủ yếu cư trú trong chỗ lõm của tim được phóng ra và xuất hiện cùng lúc, qua kinh mạch kati và hai mắt, trong không gian phía trước của hành giả như một cầu vồng nhỏ (*thig-le*), chuỗi Vajra (*rdo-rje la-gu rgyud*), hiện tượng quang học khác và những cái thấy thanh tịnh. Đó là tất cả biểu hiện của năng lượng sáng tạo thanh tịnh của Giác tánh nội tại (*rig-pa'i rtsal*), và sáu ngọn đèn ám chỉ những khía cạnh khác nhau của tiến trình. Sự hiện diện của trí huệ nội tại hành giả giống như vậy, nó chiếu sáng tất cả mọi sự trên thế gian.

Ngoài ra, thuật ngữ kỹ thuật Jnana (*ye-shes*) và Prajna (*shes-rab*) không nên nhầm lẫn, mặc dù cả hai thường được dịch một cách không cẩn thận là “trí huệ” trong bản dịch tiếng Anh của những bản văn Phật giáo. Ý nghĩa và chức năng của nó hoàn toàn phân biệt. Jnana là tri thức hay gnosis, hoặc nhận thức trực tiếp và trực giác lập tức về thực tại. Chức năng của nó là biết (*shes-pa*, phạn-jna), cái biết này trong bản tánh của nó là bất nhị. Nó là sự lập tức và trực giác, siêu việt lên sự phân hai hay nhị nguyên của chủ thể và đối tượng. Nó là sự nguyên sơ (*ye, ye-nas*) vì chức năng của nó như một trực giác tức thời nhận biết trực tiếp hiện tượng, đi trước tiến

trình của tâm hay trí thông minh nhận thức, dán nhãn và kết luận một đối tượng là cái này hay cái kia hình thành sự vận hành. Về mặt tâm lý học đạo Phật nó là một cảm nhận trực tiếp của dữ kiện cảm giác thô trước khi dữ liệu này được cấu trúc bởi tâm (Phạn – manas) bằng con đường áp dụng phân loại không gian và thời gian thành một nhận thức về đối tượng và gọi lại ký ức của những đối tượng giống nó. Về phần Dzogchen, Jnana tồn tại ngoài thời gian. Do đó, nó là *ye-nas*, vì thời gian hay thời gian kế tiếp hình thành hiện hữu chỉ qua sự vận hành của tâm (*yid*, phạn-manas). Bởi thuật ngữ tâm có nghĩa tiến trình ý thức tinh thần (*yid kyi rnam-shes*, phạn-mano vijnana): dữ liệu cảm giác thô hay sự xuất hiện (*snang-ba*) trong thế giới bên ngoài trở thành cấu trúc trong không gian và thời gian như những đối tượng có thể nhận thức riêng biệt. Trong ý nghĩa này thế giới được tâm tạo tác không giống như nói chỉ có tâm hiện hữu. Sự phân biệt thời gian và không gian được tâm tạo tác, nhưng jnana trước hơn tâm và trong nghĩa này vượt lên tâm. Về mặt hiện hữu của cá nhân chúng ta, có một Rigpa nhưng có nhiều *ye-shes* hay khái niệm. Rigpa được so sánh là mặt trời trong không gian, và *ye-shes* là ánh sáng mặt trời chiếu ra soi sáng tất cả mọi thứ trên thế gian.

Thuật ngữ Prajna (*shes-rab*) chiếm một vị trí khác, dưới jnana hay gnosis (*ye-shes*) nhưng trên tri thức thông minh (*go-ba*). Prajna có nghĩa cao hơn (*rab tu*) tri kiến hay nhận thức (*shes-pa*). Nói chung, trong triết học phương Tây ý nghĩa của nó là do nghiên cứu và phân tích triết học, vì; nói đúng ra, thuật ngữ ám chỉ tiến trình hơn là phần chính của một hệ thống được tri thức kết cấu. Cái sau này là Shasana (*bstan-pa*) “giáo lý, học thuyết”. Trong hệ thống Sutra, prajna được định nghĩa như một năng lực tri thức liên quan đến phân tích triết học tinh tế về bản chất của hiện tượng, nó thể nhập vào tánh chất của hiện tượng như trong chính chúng. Nó phơi bày sự thật rằng chúng không có tự tánh (Phạn, *asvabhava*), trống rỗng và không có thực chất (Phạn, *sunya*). Phương pháp nghiên cứu triết học này (Phạn, prajna) được phác thảo trong văn học Abhidharma của học phái Hinayana và phát triển xa hơn trong Shastra (Luận tạng) hay những luận thư triết học, được sáng tác bởi những vị tổ của học phái Madyamika (Trung Quán) và Yogacharin (Duy Thức). Tất cả những phương pháp nghiên cứu được lưu giữ trong những đại học triết lý gắn liền với những tu viện của Tây Tạng. Nhiệm vụ của prajna là phân biệt và không giống jnana. Trong sự vận hành của nó vẫn nhị nguyên. Prajna phân biệt một cách thông minh giữa thiện hay ác, thực hay không thực, chân hay giả, đẹp hay xấu, có giá trị hay vô giá trị, vv... Chúng ta sử dụng prajna khi nghiên cứu và phân biệt giữa điều gì đó là chân hay giả, người trí sở hữu prajna, kẻ ngu không có nó. Rigpa giống như gương phản chiếu mọi sự: sáng hay tối, thiện hay ác, đẹp hay xấu không phân biệt. Nhưng nhiệm vụ của prajna là phân biệt, phán xét, đánh giá, nó tạo cá tính.. Trong Anh ngữ, nó là nhiệm vụ của “trí thông minh”. Nó là cái mà người trí làm, họ biết cái gì thực và cái gì giả, cái gì có giá và cái gì không giá trị. Vậy jnana hay *ye-shes* nên dịch như trí thông minh. Prajna hay *shes-rab* là trí huệ hay chính xác hơn là trí tuệ phân biệt.

Trong truyền thống Hy Lạp, một gợi ý phân biệt tương tự được tạo giữa gnosis và sophia, Jnana (*ye-shes*) tương ứng với gnosis là trí huệ của đấng thiêng liêng và cũng là trí huệ giải thoát (trong truyền thống Gnostic); trái lại, prajna (*shes-rab*) tương ứng với sophia hay thông tuệ. Trong truyền thống Gnostic, sophia được đề cao như *hagia sophia* “sự thông tuệ Thần Thánh”. Nó là bản mẫu gốc của Đại Nữ Thượng Đế là phối ngẫu vĩnh cửu phi tạo tác của Thượng Đế – Tôn giáo cùng phát triển tại Ấn trong hoàn cảnh Phật Giáo khoảng đầu kỷ nguyên của đạo Cơ Đốc. Trong kinh điển Đại Thừa, prajna được nâng lên thành *prajnaparamita* (trí huệ hoàn thiện) “sự viên mãn của trí tuệ thiêng liêng” như tiêu bản nữ Thượng Đế, là Mẹ của tất cả chư Phật ba thời quá khứ, hiện tại, và vị lai. Như Sutra trình bày, một vị Phật chỉ có thể thành tựu bởi đức hạnh của *prajnaparamita* – sự cao cả viên mãn của trí huệ, có thể nói xa hơn, là một vị tăng phải yêu thương nhiệt thành trí huệ viên mãn cao cả này như mantra người đàn ông yêu một phụ nữ đẹp. Kế đó, trong hệ thống Tantra, Trí Huệ nguyên sơ hay *Adiprajna* trở thành phối ngẫu bất diệt của Đức Phật Tối Sơ hay *Adibuddha*. Dù có hay không sự nối kết liên hệ lịch sử trực tiếp giữa Đạo Gnostic và Đạo Phật vẫn tồn tại rõ ràng song song ở đây [8]. Do đó jnana phải được dịch là gnosis hay trí huệ, đôi khi là sự nhận biết, và thông thường là Giác Tánh bản nguyên hay tỉnh giác nguyên thủy; và prajna (*shes-rab* – bát nhã) phải dịch là trí tuệ hay trí tuệ phân biệt.

25. Trí Tuệ và Lòng Bi

Trí tuệ (*phan*, prajna) và lòng bi (*phan*, karuna) là hai khía cạnh hay hai hệ số giác ngộ của một vị Phật, cho dù điều này được nói trong Sutra, Tantra hay Dzogchen. Khi ý nghĩa thật sự của trạng thái tánh không (*shuyata*) được nhận biết, khi tất cả rào cản của cảm xúc và tri thức tan biến, một cảm giác từ bi phổ quát choáng ngợp tự động khởi lên tự nhiên. Lòng bi này gọi là đại bi (*thugs-rje chen-po* – *phan*, mahakaruna) vì phạm vi của nó vô song và công bằng cho tất cả chúng sanh không chỉ cho một số cá nhân chúng ta biết và yêu thích. Đại bi này sẵn có trong Phật Tánh nội tại của chúng ta, nó xuất hiện tự nhiên và không cần cố gắng. Nó không do tâm trau dồi hay tạo tác. Do đó, bản văn nói từ khuynh hướng nội tại của tánh không (*stong-nyid kyi gshis*) xuất hiện lòng bi hay tình thương nồng nhiệt cho tất cả chúng sanh.

26. Hành Vi của Bồ Tát

Điểm trọng yếu của Bồ tát đạo về mặt thực hành là sự hợp nhất trí huệ phân biệt (*prajna*), đòi hỏi phải hiểu tánh không (*shuyata*) của tất cả sự vật, với lòng bi phổ quát (*mahakaruna*) cho tất cả chúng sanh biểu lộ qua những phương tiện thiện xảo (*stong-nyid snying-rje zung du 'jug-pa'i lam gnad mngon du gyur*, *phan-upaya*). Năm hoàn thiện đầu tiên: bố thí (rộng lượng), trì giới, kiên nhẫn, tinh tấn và thiền định biểu lộ lòng bi và phương tiện thiện xảo, trái lại trí huệ hoàn thiện hay ba la

mật thứ sáu tiêu biểu cho hiểu biết về tánh không, chư Bồ Tát, dù nam hay nữ ai thực hành con đường này đều được biết là con của các Đấng Chiến Thắng hay Jinaputras (*rgyal sras*) và tất cả những hoạt động từ bi tỏa khắp của Bồ Tát gọi là Hạnh của Jinaputra (*rgyal sras kyi spyod-pa*). Ngoài ra, từ quan điểm của Dzogchen, những hoạt động từ bi này tiêu biểu khả năng hay năng lượng của trạng thái Nguyên Sơ, và có thể so sánh như ánh sáng của mặt trời. Thế nên, chúng tự nhiên và không tính toán. Bởi đức hạnh của hành vi tự phát này, sự tích lũy công đức được hoàn tất và viên mãn. Tất cả hành động của chúng ta trở nên hoàn toàn vô ngã, vì không còn tồn tại những bám chấp vào khái niệm bản ngã hay ý niệm về một tự ngã, điều này tan biến bởi sự viên mãn của trí huệ. Trong hoạt động này của Bồ Tát, Kiến, Thiền, Hành đều hợp nhất không thể tách biệt.

27. Giáo Lý Cao Nhất

Ngay cả nếu tất cả Jinas hay các Đấng Chiến Thắng của ba thời cùng nhau thảo luận kỹ lưỡng (*dus gsum rgyal-ba'i zhal bsdur*), họ sẽ không phát hiện những gì vượt lên trạng thái nguyên sơ căn bản này của tất cả chư Phật (*rgyal-ba kun gyi dgongs-pa'i mthil yings*). Thế nên, quan điểm của Dzogchen được gọi là tột đỉnh chiến thắng của tất cả Yana hay con đường đến giải thoát (*theg-pa thams-cad kyi rtse rgyal*). Nó cũng gọi là điểm trọng yếu của con đường giống như trái tim kim cương, là Tinh Túy của tâm (*snying-thig rdo-rje snying-po; i lam gnad*). Thế nên, đây là tinh hoa của Kết Quả (Phật Tánh) và không gì cao hơn điều này (*'bras-bu; i thus-ka 'di las lhag-po med*). Nó là cam lồ của Upadesha của dòng truyền (*brgyud-pa'i man-ngag gi snying khur*), có thể nói ý nghĩa của Upadesha này là tinh túy của ba dòng truyền: trực tiếp, biểu tượng, và bằng miệng.

28. Nguồn của Giáo lý này

Những giáo lý chứa trong bản văn này xuất hiện từ đâu? Những lời thấy trong Upadesha này xuất hiện từ một cảm hứng tự phát lập tức, có thể nói từ khả năng sáng tạo của Giác Tánh nội tại của Trạng Thái Nguyên Sơ của Samantabhadra (*kun bzang dgongs-pa*) kho tàng chôn dấu này (*gter-ma*) do các Terton hay người khai mở kho tàng (*gter-ton*) không ai khác hơn là tự thân Dharmakaya (*chos-sku'i gter-ton gyis*) và nó được đem ra ngoài từ trí huệ rộng mở bao la (*shes-rab klong nas gter du blangs*) đó là nơi cất dấu của nó. Ở đây sự so sánh là với một Terton khám phá một terma, hay kho tàng chôn dấu trong nơi dấu nó, và *shes-rab* ở đây có nghĩa trí huệ như một thông tuệ cao hơn. Có ba loại trí huệ: trí huệ xuất hiện từ việc nghe giáo lý (*thos-pa'i shes-rab*), trí huệ xuất hiện từ phản ánh trên giáo lý (*bsam-pa'i shes-rab*) và trí huệ xuất hiện trong thiền định (*bsgom-pa'i shes-rab*), khi trí huệ và thiền định liên kết với nhau không tách biệt. Do đó đây là một trạng thái nâng cao của ý thức hơn hoạt động tri thức bình thường. Điều này có nghĩa tác giả không chỉ sáng tác bản văn với sự thông tuệ như một học giả có thể viết một luận thư triết học hoàn toàn

sáng suốt, mà hơn thế, nó đến với ngài từ một nguồn cao hơn (Dharmakaya “Vua Trí Huệ và Vinh Quang”). Do đó, nó tiêu biểu cho khả năng sáng tạo (*rig rtsal chos-sku*) của Phật Tánh nội tại của ngài. Nói khác đi, bản văn này là một loại *dgongs-gter* hay kho tàng tâm.

Ở đây hiện hữu nhiều loại terma như *sa-gter* “terma đất”, *chu-gter* “terma nước”, *nam-mkha’ gter* “terma hư không”, *rmi-lam gter* “terma giấc mộng” vv... Nhưng một terma xuất hiện tự nhiên trong tâm, bắt nguồn từ một số nguồn tâm linh cao hơn, thường là Guru Padmasambhava trong truyền thống Nyingmapa, được biết là *dgongs-gter* hay *thugs-gter* “terma tâm – kho tàng tâm”. Ngài Patrul Rinpoche nói về một trạng thái tâm thức cao hơn như thế.

Sau đó, Patrul Rinpoche nói khiêm tốn rằng tất cả nghi ngờ của ngài được loại bỏ bằng giáo lý khẩu truyền không lỗi của Guru ngài (*bla-ma dam-pa’i zhal-lung nor-ba med-pa*) và ngài sắp xếp những hướng dẫn này (*gdams-ngag*) trong luận giảng một cách tương ứng. Tuy nhiên, cả hai bản văn gốc và phần luận giảng không phải như bất cứ kho tàng bình thường nào, cũng giống như rút; luyện vàng từ đất, đá (*sa rdo’i bcud*). Những kho tàng như vậy có thể mua bằng vật chất thế gian nhưng không cung ứng sự giải thoát. Ngay cả nếu chúng ta có một khối vàng lớn như núi Tu Di (Meru) tại trung tâm của thế giới, chúng ta chỉ có thể mua được thực phẩm, quần áo, ngựa hay những nhu yếu phẩm và dịch vụ khác. Khi chết, chúng ta không thể đem theo bất cứ tài sản nào theo mình khi ý thức (*rnam-shes*) rời bỏ thân vật chất và ta thấy mình trong Bardo. Nhưng với Upadesha lại hoàn toàn khác. Nó là một kho tàng chúng ta có thể đem theo trong Bardo và trong kiếp tương lai cho đến khi đạt được giác ngộ. Nó giống như thuốc trị bá bệnh có thể trị tất cả những bệnh của Samsara, hay giống như viên ngọc như ý của chư Thiên hoặc Đá triết lý của các nhà giả kim.

Trình bày cuối cùng này (*zhal ‘chem*) của Garab Dorje hay Prahevajra, hiển lộ cho đệ tử Manjushrimitra của Ngài, vào lúc Tổ Garab Dorje hòa nhập thân vật chất của Ngài vào hư không và tái xuất hiện tại trung tâm vầng hào quang trong không gian (*nam-mkha’ ‘od phung gi dkyil nas*). Vào lúc đó đồng thời xảy ra một trao truyền trực tiếp, biểu tượng, bằng lời. Điều này là sự soi rạng của Upadesha, ở đó hai tâm hay hai trạng thái của thầy và trò hợp nhất không thể tách rời. (*dgongs-pa dbyer-med du gyur-pa’i man-ngag*).

29. Ba vị Thầy của Tác Giả

Một lần nữa, ở đây vào đoạn kết kiến, thiền, hành tương liên với ba Dòng Truyền Guru của tác giả. Như trong đoạn mở đầu, cái thấy chứa tất cả ba điểm trọng yếu. Thiền nối kết với trí huệ (*mkhyen-pa*) mang ý nghĩa thấu suốt cao (*lhag-mthong* – thiền quán). Lòng bi hay tình thương (*brtse-ba*) được thiết lập trong trạng thái tĩnh lặng (*zhi-gnas* – thiền chỉ) được nối kết với hành, đó là những hoạt động chung của tất cả Bồ Tát hay Jinaputras. Cái thấy là Pháp Vương toàn giác (*kun mkhyen chos kyi*

rgyal-po). Longchen Rabjampa, người nhận ra toàn giác với sự nhận biết bốn giai đoạn trong sự phát triển cái thấy Thodgal, cụ thể là trạng thái trong đó tất cả hiện tượng tiêu hao hay bị tiêu diệt trong thanh tịnh nguyên sơ của thực tại tối hậu (*ka-dag chos zad kyi dgongs-pa mngon du gyus*). Phạm vi thẩm quyền ở đây là tạo ra bốn giai đoạn của cái thấy trong thực hành Thodgal (xem bình luận về các dòng ở dưới). Longchenpa đã hoàn toàn tiếp nhận trực tiếp trao truyền của các Jinas (*rgyal-ba dgongs brgyud*).

Những thế kỷ sau Longchenpa, xuất hiện Jigmed Lingpa hay Khyentse Odzer, trong Thân trí huệ hay Jnanakaya (*ye-shes kyi sku*) ban cho ngài trong Kiến thanh tịnh (*dag snang*), trí huệ và gia hộ của ngài trong cách trao truyền biểu tượng của các Vidyadhara (*rid-'dzin brda brgyud kyi tshul du byin gyis brlales*). Lần lượt, ngài ban giáo lý cho Gyalwe Nyugu vị Guru Gốc của Patrul Rinpoche bằng con đường khẩu truyền từ miệng qua tai (*zhal bas snyan du brgyud-pa*) và kết quả là ngài gặp cái thấy hiển nhiên biểu hiện Thực Tại (*chos-nyid mngon sum du mjal*), giai đoạn đầu tiên của cái thấy trong thực hành Thodgal. Thế nên, Upadesha này quý giá hơn vàng ròng và tiêu biểu cho tâm tinh yếu của ba dòng truyền (*brgyud gsum thugs bcud*). Nó chính là tinh túy của tâm (*snying thig*).

30. Sự Bảo Mật Giáo Lý

Tác giả, Patrul Rinpoche ngần ngại bộc lộ giáo lý này cho những người không thực hành, vì họ sẽ không hiểu. Vì lý do này, giáo lý Dzogchen được nói là “tự nó bí mật”. Hay, tệ hơn; họ hoàn toàn (ngộ nhận) không hiểu giáo lý và lấy Dzogchen như một giấy phép để tham gia vào tất cả các loại hành xử ích kỷ và buông lung. Nhưng với những người thành thật quan tâm, ôm ấp giáo lý này và người có khả năng hiểu chúng, thì thật sai lầm nếu không bộc lộ chúng.. “Những đứa con của trái tim chúng ta” (*snying gi bu*) có nghĩa đệ tử thân cận của vị thầy. Cái được viết ở đây đại diện cho lời khuyên nhiệt thành (*snying gtam*) của tác giả. Ngài cố gắng thuyết phục không nên để điểm trọng yếu của thực nghĩa (*don gnad*) bị mất đi. Vì nó thiêng liêng và quý hiếm vượt lên giá cả, không nên thiếu tôn kính hay nói công khai trong chỗ đông người (chợ), vì họ không tôn trọng và sẽ ngộ nhận như một điều tầm thường.

Nó là hy vọng của dịch giả, Vajranatha, mà việc dịch thuật và ghi chú vừa đề cập ở trên, được soạn thảo từ nhiều hướng dẫn khẩu truyền từ các vị thầy Lama của ông, có thể đóng góp một số phương cách nhỏ bé cho việc hiểu biết chung về thực nghĩa của Dzogchen .

SAVA MANGALAM

BẢN CHÚC THƯ CUỐI CỦA GARAB DORJE

Bản chúc thư cuối của Garab Dorje “Ba Trình Bày Đánh vào Những Điểm Trọng Yếu” từ “Giáo Lý Ban Sau Khi Viên Tịch của các Vidyadhara”.

Những Chữ Vàng

Ở đây gồm “Bốn giáo lý ban sau khi viên tịch của các Vidyadhara cùng với một phụ lục”. (về phần đầu tiên của bản văn này)

Ở đây gồm “ba trình bày đánh vào những điểm trọng yếu” theo tổ Prahevajra (*Garab Dorje*).

NAMO GURUVE

Tôn kính đến sự tự tin bắt nguồn từ hiểu biết trạng thái tỉnh giác nội tại trực tiếp của bản thân hành giả.

MỞ ĐẦU

Trạng thái tỉnh giác nội tại tức thời này (gọi là Rigpa) là phi tạo tác và tự hiện hữu. Phương thức của nó trên tiêu biểu tinh hoa đó là Nền Tảng Nguyên Sơ. Bất cứ đâu cách nó xuất hiện hưởng ứng với những biểu hiện bên ngoài; chính chúng tự thay đổi không gián đoạn và không chướng ngại. Ngoài ra, tất cả mọi sự, tất cả hiện tượng xuất hiện và tồn tại, khởi lên (tự viên mãn tự nhiên) trong trường hợp của Pháp Thân. Bất cứ xuất hiện nào có thể biểu hiện trong đó đều giải thoát trực tiếp sau khi chúng khởi lên đối với sự hiện diện của trạng thái tỉnh giác lập tức của chính chúng ta (*rig-pa*).

Về phần thực nghĩa của điều này: tất cả trạng thái giác ngộ, bao gồm trí huệ bất nhị đó là giác tánh bản nguyên (*ye-shes*), hiện diện trong tâm của tất cả Sugata (chư Phật), thực tế là trạng thái độc nhất của Giác tánh nội tại lập tức (*rig-pa*) đều thấy trong mỗi chúng sanh.

Để tạo cảm hứng cho Manjushrimitra, người đã ngã bất tỉnh xuống đất (khi vị thầy của ngài hoà tan thân vật chất vào hư không lúc cuối đời), Upadesha này, hay hướng dẫn bí mật chứa trong “Ba trình bày đánh vào những điểm trọng yếu” được tổ Prahevajra (*Garab Dorje*) bộc lộ vì mục tiêu loại bỏ tất cả khái niệm liên quan đến Luân Hồi và Niết Bàn (trong tâm của đệ tử ngài), có thể nói sự tin tưởng của ngài về một trong hai Samsara và Nirvana thực sự tự-hiện hữu trong giới hạn của chúng; sự giải thích vượt trội toàn hảo của trình bày cuối cùng này được biểu lộ vào lúc vị thầy viên tịch. Nó phải được cất dấu và lưu giữ trong nơi sâu nhất của trái tim hành giả.

A

Thật ra trạng thái tỉnh giác nội tại lập tức này vượt lên tất cả nhận thức (bởi trí thông minh) là phi tạo tác và vô điều kiện.

BA TRÌNH BÀY

ATI

Upadesha này, bộc lộ không ngần ngại trạng thái tỉnh giác nội tại lập tức, đó là khả năng của Nền Tảng nguyên sơ hay Dharmakaya như sau: “hành giả được giới thiệu trực tiếp vào thực tánh của mình” có thể nói, hành giả được giới thiệu trực tiếp và rõ ràng đến khuôn mặt thật hay tự tánh của mình đó là Giác Tánh nội tại, trạng thái thanh tịnh hiện diện tức thời (*Rig-pa*). Ngoài ra, tánh chất của nó bộc lộ trong thực tế hoàn toàn thanh tịnh ngay từ khởi đầu. Nó chính là trạng thái Tỉnh giác tức thời đã giới thiệu ở đây, trong cùng một cách chẳng hạn như sự sân hận chỉ có thể giải thoát bởi chính nó.

“Hành giả quyết định trực tiếp trên trạng thái độc nhất này” có thể nói hành giả phát hiện trực tiếp cho chính mình (giữa nhiều kinh nghiệm khác nhau), trạng thái duy nhất và đơn độc của Giác Tánh nội tại này trong đó hành giả nhận biết trong từng tính cách và ứng xử của mình không còn tồn tại bất kỳ ý thức nhị nguyên nào về đối tượng và chủ thể.

“Sau đó, hành giả liên tục tin tưởng trực tiếp vào giải thoát” có thể nói, hành giả tiếp tục trực tiếp trong trạng thái thiền, hoàn toàn tự tin vào tiến trình tự-giải thoát một cách tự động (về bất kỳ niệm tưởng hay biểu hiện nào khởi lên). Và, vì vậy, Giác Tánh của chính hành giả thấy tự nó vốn sẵn giải thoát trên chính nó (không bị gián đoạn vì những niệm tưởng lan man hay vì bất cứ những gì ở ngoài tự thân nó).

Không có một chúng sanh nào, về mặt tự-biểu hiện Giác Tánh nội tại lại không thấy sự giải thoát sẵn có trong họ. Trạng thái hiện hữu của cá nhân hành giả (hay hoàn cảnh tỉnh giác bên trong) trên một mặt, và trạng thái của các sự vật khác trong thế giới bên ngoài hiện diện trong tâm thức hành giả như một biểu hiện bên ngoài, ở mặt khác cùng gặp và hòa nhập lẫn nhau. (Điều này tiêu biểu một trực giác tức thời trực tiếp không cần bất cứ nhị nguyên nào của chủ thể và đối tượng, một tỉnh giác nguyên sơ). Nhưng ở đây, cá nhân không hiểu điều này nên có chính mình và sự vật khác (cái “Tôi” là tỉnh giác bên trong của hành giả, và “Cái khác” là những xuất hiện bên ngoài) và tiếp nhận sự vật như một xuất hiện theo kiểu nhị nguyên của chủ thể bên trong và đối tượng bên ngoài.

Upadesha duy nhất này, hay hướng dẫn bí mật cho sự tự-giải thoát đơn giản và lập tức là độc nhất (trong tất cả con đường tâm linh đến giác ngộ), trong nó không hiện hữu mâu thuẫn (về mặt hiệu quả). Một mình nó đủ để giải thoát.

TRÌNH BÀY THỨ NHẤT

ATI

Bất cứ những gì có thể khởi lên hay xuất hiện đến cá nhân như hiện tượng bên ngoài, chỉ là trạng thái hiện hữu của hành giả xuất hiện bên ngoài như sự biểu lộ. Tách khỏi tổ chức và hệ thống cấu trúc cao này của hiện tượng (gọi một cách quy ước là “thực tại”) thì không có bất cứ cái gì hiện hữu và từ nó hành giả không thể đạt được bất kỳ điều gì (lớn lao hay đáng giá). Tuy nhiên, với công dụng của toàn thể năng lượng hay khả năng sẵn có của nó (*rang tsal*), một khi Giác Tánh của hành giả (*rig-pa*) hài hòa với nhiều loại sự vật khởi lên như hiện tượng, nó theo sau những loại hiện tượng khác nhau này để giải thoát chính chúng. Không có sự giải độc nào khác cho chúng (những hiện tượng khác nhau) hơn là tiến trình tự-giải thoát này.

Về mặt tiến trình, hiện tượng xuất hiện tới ý thức trực tiếp và nhanh chóng gặp gỡ tính chất của riêng nó, ví dụ khi người có cùng ngôn ngữ gặp nhau ở nước ngoài; lập tức họ nhận ra và biết lẫn nhau, trong cùng cách như vậy, bản thân sân hận được giải thoát bằng cách nhận biết nó như sân hận.

Khi đi tìm Mẹ, đó là nguồn gốc, trí huệ hay nhận biết (*ye-shes*) của cái thấy hay hiện tượng gặp gỡ trực tiếp Mẹ của nó (tánh không) và tự-giải thoát. Có thể nói, cái thấy tự-giải thoát bằng phương tiện của cái thấy, giống như bơ hòa tan vào bơ. Và trong lúc tìm kiếm Con, tự thân Con là nhận biết hay trí huệ này; gặp gỡ tự thân nó một cách trực tiếp. Tự thân Giác Tánh này là sự tự-giải thoát bằng phương tiện Tỉnh giác, giống như nước tan trong nước. Khi đi tìm trạng thái độc nhất (của Rigpa), hành giả chỉ gặp trạng thái độc nhất này của riêng mình. Có thể nói, bản thể của hành giả (*Rigpa*) đơn giản gặp lại chính nó. Nhưng tinh túy của nó siêu việt tất cả mô tả bằng lời, giống như hư không hoà nhập hư không, hay như con rắn cuộn mình ba vòng tự mở ra cùng lúc.

Trạng thái đơn độc và duy nhất của Giác Tánh nội tại này chỉ có thể tìm trong chính hành giả. Ngay cả dù những xuất hiện bên ngoài khác nhau vẫn hiện diện một nhận biết chung hay tỉnh giác bốn nguyên, trong đó những sự khác biệt của nhiều hiện tượng khác nhau tự-giải thoát bằng chính sự gặp gỡ của những sự khác biệt này. Nhận biết hay trí huệ này giống như trường hợp cắt đứt một nút chảnh trong cuộn dây; nhờ đó có thể cắt đứt hàng trăm khó khăn khác (của dây).

Sự giải thoát duy nhất này chỉ có thể thấy trong chính hành giả vì sự nhận biết hay tỉnh giác nguyên sơ (*ye-shes*) là tự-biểu hiện, nó tiêu biểu một trí huệ bốn nguyên không thể đạt được ở bất kỳ đâu khác hơn trong chính hành giả. Sự tự-giải thoát chính là tự thân tỉnh giác bốn nguyên đó. Nó giống như đi vào một thành phố

nằm ở cuối một trăm hay một ngàn con đường dẫn đến nó (sự kết thúc tử mĩ của điểm trọng yếu thứ nhất ở đây thuộc về Nền).

TRÌNH BÀY THỨ HAI

Trong trạng thái tỉnh giác nội tại lập tức này, chúng ta phát hiện trực tiếp cho chính mình rằng tất cả “cái thấy cuối cùng” của mình thực tế xuất hiện bên ngoài chúng ta (cái thấy cuối cùng này là trường những ánh sáng cầu vồng nhỏ xuất hiện trong thực hành *Thodgal*). Trong cùng một cách, khi nhận biết bản thể của chính mình, đó là: duy trì trong trạng thái thiền, trong tỉnh giác nội tại này không có bất kỳ nhị nguyên nào về vô minh (được xem là không tỉnh giác). Chẳng hạn, ngay cả dù một người được gọi bằng nhiều tên khác nhau từ nhiều hướng, người ấy vẫn đến khi được gọi. Có nhiều tên khác nhau không vượt quá ý nghĩa duy nhất là chính cá nhân đó.

Trong trạng thái độc nhất là tỉnh giác nội tại tức thời, chúng ta phát hiện trực tiếp tất cả cái thấy của trường ánh sáng cầu vồng nhỏ bé (*thig-le*) này v.v... trong thực tế chỉ là sự tự-biểu hiện của chính bản thân chúng ta. Và trong trạng thái giải thoát này, chúng ta phát hiện một cách không nghi ngờ. Trạng thái thiền này là sự tự-giải thoát trong chính nó, vì Giác Tánh giải thoát bằng phương tiện của Giác Tánh. Tương tự, qua nhận thức rằng Giác Tánh này chỉ là trạng thái hiện hữu của bản thân chúng ta, nếu tất cả mọi sự chúng ta đều biết nó giải thoát vào hoàn cảnh tự nhiên của chính nó. Điều này giống như việc gặp lại một người mà chúng ta đã biết trước đó sau một thời gian dài xa cách. (sự kết thúc tử mĩ trình bày thứ hai thuộc về Con Đường; đó là tiến trình tự-giải thoát.)

TRÌNH BÀY THỨ BA

Sự tự tin của chúng ta trở thành như một kho tàng chứa sự giàu có bao la tiêu biểu cho những kinh nghiệm cá nhân cụ thể của bản thân chúng ta, đó là về mặt thể tánh của chính mình; tức Giác Tánh nội tại. Tất cả hoạt động của niệm tưởng trở nên tự-giải thoát vào hoàn cảnh nguyên thủy của chính nó. Điều này giống như sở hữu một kho tàng vĩ đại chứa tất cả những gì mình mơ ước.

Sau đó, có những kinh nghiệm cụ thể liên quan đến những đối tượng bên ngoài như con người và sự vật, niềm tin của chúng ta trở thành như một vị vua là Chakravartin, hay vua của vũ trụ. Có thể nói trạng thái Tỉnh giác tức thời trở thành biểu hiện thấy được (như trường ánh sáng cầu vồng nhỏ bé v.v...). Vì hiện tượng quang học này không do bất kỳ tạo tác nào hơn là chính chúng ta, tỉnh giác nội tại của chúng ta giống như vua Chakravartin, người đem tất cả mọi người vào bốn châu lục dưới quyền lực của ngài.

Ngoài ra, Giác Tánh của chúng ta có khả năng đem những nguyên tố vật chất vào dưới năng lực của nó và khi chúng ta giải thoát bằng nguyên nhân của điều kiện

này (đó là nhận biết Thân Ánh Sáng), chúng ta không còn lệ thuộc vào bất kỳ quyền năng khác nào. Có được kinh nghiệm cụ thể như vậy đối với trạng thái giải thoát, niềm tin của chúng ta trở thành kinh nghiệm như hư không hoà nhập hư không. Có thể nói chúng ta hoàn toàn tự tin không cần nỗ lực vào điều kiện nguyên thủy của chính nó, đó là vào sự thuần khiết, thanh tịnh nguyên thủy của Dharmata (tánh chất của thực tại – Pháp tánh). Thật ra tình trạng này giống như hư không hòa nhập hư không hay mây tan trong bầu trời.

Tất cả mọi sự khởi lên trong khía cạnh riêng của chúng ta đều tự-giải thoát vào trạng thái của riêng nó. Có thể nói, tất cả mọi sự tự-giải thoát bởi chính nó không có bất kỳ nỗ lực nào hay sự can thiệp bên ngoài. Điều này giống như đập bể đá bằng đá, nung sắt với sắt hay dùng dơ để rửa dơ. (đập gai lấy gai lể)

Trong trạng thái độc nhất của Giác Tánh tức thời này, mọi thứ đều giải thoát vào sự hiểu biết duy nhất của trạng thái tỉnh giác nội tại tức thời. Điều này giống như lấy lửa từ lửa, hay chuyển nước thành nước, hoặc làm bơ chảy thành bơ. Do đó, Mẹ (trạng thái nguyên sơ) và Con (trí huệ) trở nên hợp nhất. Vì Mẹ của chúng ta, như nguồn gốc hay suối nguồn, là chính nó (và không có gì khác tồn tại trong trạng thái hiện hữu của riêng nó và điều này là tánh Không), chúng ta có thể nói tự thân tánh không giải thoát bằng phương tiện của tánh không. Do đó, sự hiện diện của cá nhân chúng ta hay Giác Tánh tan biến (vào lúc nhận ra Thân Ánh Sáng) và hòa nhập vào tự thân cái thấy.

Vì nhận ra trạng thái tự nhiên của chính mình là Giác Tánh nội tại, chúng ta được giới thiệu trực tiếp vào nền tảng của tất cả hiện hữu. Có thể nói, chúng ta nhận biết cái thấy (trong thực hành Thodgal) chỉ là sự tự biểu hiện của tâm chúng ta. Điều này giống như thấy mặt mình phản chiếu trong gương. Và vì niềm tin đó (hay nhận thức) chúng ta hoàn toàn được giới thiệu trực tiếp vào nền tảng của hiện hữu, trạng thái này giống như Mẹ, Con gặp nhau sau một xa cách lâu dài. Chúng ta nhận ra trạng thái giải thoát độc nhất này. Ví cái thấy trực tiếp tự-giải thoát vào trạng thái của chính nó, cái thấy hay hiện tượng được phát hiện là tánh không (trống rỗng trong bất kỳ thực tại trọng yếu nào); và tính chất chiếu sáng rõ ràng của nó là không gì khác hơn trạng thái tỉnh giác lập tức của riêng chúng ta.

Vì cái thấy hay hiện tượng nhận thức tự-giải thoát bởi chính nó, chúng ta phát hiện rằng, thật ra nó tiêu biểu cho vô minh ngay từ khởi thủy. Có thể nói, Samsara được biết hay nhận ra trong chính nó (giống như cầm một gương trước một gương khác để nó có thể thấy chính nó). Và đối với việc siêu vượt Samsara, điều kiện đó được biết như trạng thái của Nirvana, chúng ta nhận thức rằng mình đã vượt khỏi Samsara, và tự thân vô minh là sự tự-giải thoát. Và vì lý do đó, một ví dụ thực tế là dùng dơ để rửa dơ.

Vì phát hiện cho chính mình thực nghĩa của trạng thái hiện hữu của riêng ta, là Giác Tánh nội tại, những niệm lan man giải thoát đồng thời bỏ chính chúng. Và trong cách này, chúng ta phát hiện mình không còn lệ thuộc vào bất kỳ giải độc nào

khác. Khi những niệm lan man giải thoát vào tự thân Nền, chúng ta tiếp tục trong một trạng thái hiện diện tức thời hay thiền định, và làm với sự tự tin. Điều này giống như rót nước vào nước hay rót bơ chảy vào bơ.

Và vì liên tục trong trạng thái thiền ở bất cứ đâu (trong tất cả hoạt động hàng ngày của chúng ta), trạng thái này giống như con rắn cuộn tròn tự nó mở ra không cần cố gắng. Nhưng tìm kiếm tỉnh giác ở nơi khác hơn là trong chính nó sẽ rơi vào thất bại (sau khi thất bại trong việc tìm cái muốn tìm). Vì nó giải thoát bởi chính nó, trạng thái Tỉnh Giác tức thời này là tự-duy trì và tự-an trụ, vì lý do này, liên tục trực tiếp trong trạng thái tỉnh giác nội tại của chính chúng ta là sự xem xét chính yếu (kết thúc trình bày thứ ba ở đây thuộc về sự nhận ra Quả).

KẾT LUẬN

Vào lúc Prahevajra (*Garab Dorje*) hiển bày phương pháp hoàn toàn vượt khỏi đau khổ trong Luân Hồi, Manjushrimitra đã lăn xuống đất bất tỉnh, ngài than vãn “ôi ! than ôi”. Sau đó Vetalakshema (*Garab Dorje*) từ trung tâm vàng hào quang (trường ánh sáng cầu vồng lơ lửng trên bầu trời) xuất hiện tương biểu tượng của ngài. Vì mục tiêu tạo cảm hứng cho Manjushrimitra đã ngã bất tỉnh trước đó, ban ba trình bày đánh vào những điểm trọng yếu này, liên quan đến giải thoát rốt ráo cho cá nhân và bao gồm trong chúc thư cuối, được bộc lộ bởi vị thầy. Chúc thư cuối này từ bầu trời rơi vào lòng tay phải của Manjushrimitra. Bản văn được viết bằng mực có màu xanh da trời. Bản văn được đặt trong một ống nhỏ cỡ bằng móng tay cái, đặt chung trong một tráp pha lê quý. Trên tiếp nhận này, Manjushrimitra được giải thoát từ cơn ngất xỉu và thấu hiểu lời dạy, ngài trở thành người sở hữu xác tín của sự hiểu biết chắc chắn. Và vì lý do đó, Upadesha hay hướng dẫn bí mật này, được chôn dấu trong mandala của tim ngài và giữ bí mật cho người khác. Do đó, tinh hoa của trao truyền ba trình bày này là giáo lý khẩu truyền đã tiếp nhận vào thời điểm viên tịch của vị thầy trở nên sáng chói và choáng ngợp trong tâm ngài, và thực nghĩa của cái thấy Dzogchen phô bày trong tâm ngài quý giá hơn vàng.

Sự kiện này xảy ra tại sân ló thiêu lớn của Shitavana ở Ấn Độ. Sau đó hướng dẫn thiêng liêng này, được đưa vào biểu hiện thấy được tại nguồn sông Dantig, tạo thành con đường thực sự đem an lạc cho những đau khổ của chúng sanh trong Samsara. Upadesha này, đem lại một giải thoát nhanh chóng vào trường thanh tịnh của Phật Tánh, là hoàn toàn đầy đủ ở đây.

Vajranatha phiên dịch
Jamestown, Colorado
Tháng bảy 1987

CHÚ THÍCH LUẬN GIẢNG VỀ “CHÚC THU CUỐI CỦA GARAB DORJE” bởi DỊCH GIẢ

ĐỀ TỰA CỦA BỘ SƯU TẬP

Những chữ vàng

Bao gồm ở đây là Bốn giáo lý ban sau khi viên tịch của các Vidyadhara, cùng với một phụ lục.

Ở đây vào lúc mới bắt đầu, chúng ta nói bản văn nguyên thủy được viết bằng những chữ vàng (*gser yig-can*). Theo truyền thống Nyingthig, Đại Vidyadhara Vimalamitra soạn thảo tinh hoa của giáo lý Upadesha Dzogchen thành năm bộ bản văn : “Những chữ vàng” (*gSer yig*) viết bằng mực vàng. “Những chữ Đồng” (*Zangs yig*) viết mực đỏ, “chữ nhiều màu” (*khra yig*) viết bằng nhiều màu mực, “Những chữ vỏ sò” (*dung yig*) viết bằng mực trắng, và “Những chữ lam ngọc” (*gYu yig*) viết bằng mực màu xanh dương. Ngoài ra, suốt bản văn chấm câu bằng dấu gter-dzar : chỉ rõ đây là một Terma (*gter-ma*) hay những bản văn được tái phát hiện.

Bản văn chúng ta có ở đây thuộc về một sưu tập bản văn Terma được biết là Das-rje, hay “Giáo Lý ban sau khi viên tịch”, chữ das-pa là viên tịch hay chết, và rjes là sau đó. Tựa đầy đủ của bản văn sưu tầm đọc là *Rig-‘dzin gyi ‘das-rjes bzhi zhar-‘byung dang bcas-pa* , “Bốn Giáo Lý ban sau khi viên tịch (*‘Das-rjes*) của các Vidyadhara (*rig-‘dzin*) cùng với một phụ lục (*zhar-‘byung*). Bốn Vidyadhara ở đây là Prahevajra (*Garab Dorje*), Manjushrimitra, Shrisimha và Jnanasutra, những vị tổ

bằng xương bằng thịt sớm nhất của dòng truyền Dzogchen theo Nyingmapa . Thuật ngữ Phạn Vidyadhara (*rig-dzin*) ở Tây Tạng có nghĩa người sở hữu hay nhận biết (*'dzin-pa*, phạn. dhara) trí huệ (*rig-pa* phạn; vidya) của trạng thái nguyên sơ. Trong mạch văn thông thường của Ấn Độ, cả hai Hindu (Ấn giáo) và Phật giáo, thuật ngữ này có nghĩa người sở hữu tri kiến mật truyền. Như đã nói, 'Das-rjes là một Terma hay một Tầng thư được tái phát hiện, và nay thấy trong bộ sưu tập Bi-ma snying-thig của Longchen Rabjampa (*kLong-chen rab-'byams-pa, dri-med 'od-zer 1308 – 1363*). Một nhà biên tập và tổng hợp vĩ đại của truyền thống Dzogchen ban đầu. Những giáo huấn Dzogchen này thấy trong bi-ma snying-thig được nói một cách tuyệt đối là bắt nguồn từ vị tổ Dzogchen này và đại hiền triết Vimalamitra (thế kỷ thứ VIII. Longchenpa tiếp nhận từ thầy ngài là Kumararaja (*rig-dzin Kumaradza 1266 – 1343*).

Một cách đặc biệt, bản văn này chứa trong tập 6A: *rdo-rje 'chang-gis gsungs-pa mchod 'os rang bzhin gyi tshig dus gnad nges-pa* (trang 273-344). *Bi-ma snying-thig* là một trong bốn giáo lý Dzogchen cổ thấy trong *snying-thig ya-bzhi* nổi tiếng của Longchenpa, những cái khác là *bLa-ma'i yang-thig*. Nhiều Terma tìm thấy ở đây, đặc biệt *mKha'-'gro'i snying-thig*, liên kết với tên của Padma Letreltsal (*Padma las-'brel rtsal 1291-1315?*). Longchenpa được xem là người thành công của ngài hay thậm chí là tái sinh của ngài.

Đối với 'Das-rjes, trong mỗi trường hợp vị thầy đạt được Thân Ánh Sáng vào lúc viên tịch; khi ngài hoà tan thân vật chất thô vào phạm vi không gian của bầu trời. Và kể đó, đáp lại sự đau buồn và than van của lòng tôn kính của đệ tử chánh của ngài, mỗi vị thầy sẽ tự mình tái xuất hiện trong trường ánh sáng cầu vòng (*thig-le*) lơ lửng trong hư không. Sau đó ban chúc thư cuối cho đệ tử. Ở đây, trong sưu tập 'Das-rjes thấy trong những giáo lý ban sau khi viên tịch, trình bày trong dạng một chúc thư cuối của những vị tổ sau:

1. *Tshig gsum gnad du brdeg-pa* “Ba Trình Bày Đánh vào những Điểm Trọng Yếu” của Prahevajra hay Garab Dorje (*dGa'-rab rdo-rje*) [trang 304-310].
2. *sGom nyams drug-pa* “Sáu kinh nghiệm Thiên định” của Manjushrimitra (*'Jam dpal bshes-gnyen*) [trang 310-318].
3. *gZer-bu bdun-pa* “Bảy Điểm Quan Trọng” của Shrisimha (*dPal gyi seng-ge mgon-po*) [trang 318-325].
4. *bZhags-thabs bzhi* “Bốn Phương Pháp để tồn tại trong Thiên” của Jnanasutra (*Ye-shes mdo*) [trang 325-331].

Phụ lục (Zha-'byung) [trang 331-344] gồm một bản văn được quy cho tổ Vimalamitra (*Dri-med bshes-gnyen*) cụ thể là *mKhas-pa bimala'i zhal-'chems* “Chúc thư cuối của vị thầy uyên bác Vimalamitra”. Tuy nhiên, vào cuối đời

ngài không biến thành Thân Ánh Sáng , mà được nói là sau khi rời Tây Tạng, ngài đến núi năm đỉnh thiêng liêng của Wu-ta-Shan ở miền bắc Trung Quốc (Ngũ Đài Sơn), và ở lại đó. Người ta cũng nói ngài không chết, mà ngược lại đã nhận ra Thân Cầu Vòng của Đại Chuyển Di (*'pho-ba chen-po'i 'ja'-lus*) đó là, ngài trở thành Thân Ánh Sáng trong khi vẫn còn sống không cần chờ đến lúc chết. Do vậy, trong *'Das-rjes* chúng ta có tất cả các vị tổ Dzogchen chánh yếu ban đầu đại diện cho Ấn Độ và Uddiyana. Theo truyền thống Nyingmapa vị thầy sau này như Vimalamitra cũng nhận ra Đại Chuyển Di. Trong quyển sách này, chúng tôi giới thiệu bản dịch về chúc thư cuối của *Garab Dorje*, những bản văn khác của *'Das-rjes* đã được dịch ở chỗ khác, và mong rằng chúng sẽ được xuất bản trong tương lai.

TỰA CỦA BẢN VĂN

Ở đây gồm “Ba Trình Bày Đánh vào những Điểm Trọng Yếu “ theo tổ Prahevajra (*Garab Dorje*).

Tựa của bản văn đầu tiên trong bộ sưu tập *'Das-rjes là Tshig gsum gnad du brdeg-pa* “Ba Trình Bày (*Tshig gsum*) Đánh vào (*brdeg-pa*) Những Điểm Trọng Yếu (*gnad*). Điểm trọng yếu ở đây ám chỉ Kiến, Thiền, Hành liên hệ với Thiền định , ngài Patrul Rinpoche đã giải thích ở trên. Tên của vị tổ bằng Phạn ngữ Prahevajra (hoặc có thể là Prajnabhava Hevajra, cũng giống như đề nghị của Tulku Thorndup); là một xây dựng lại của phiên dịch Tạng ngữ *dGa' rab rdo-rje* “Cực Hỷ Kim Cang”. Dạng chữ Phạn nguyên thủy không thấy ở đâu chứng thực cho đến nay vẫn còn tồn tại ở phần cuối sách.

CẦU THỈNH

NAMO SHRI GURUVE

Quy kính sự tự tin (bắt nguồn từ) sự hiểu biết về trạng thái Tỉnh giác nội tại tức thời của chính hành giả.

Namo shri guruve là chữ Phạn “ Quy kính đến vị thầy Quang Vinh” theo sau là một cầu thỉnh hay kệ cúng dường (*mchod brjod*) đọc theo Tạng Văn: *Rang rig rtogs-pa'i gdeng la phyag 'tshal-lo*; có nghĩa “Quy kính (*phyag 'tshal*) đến lòng tin (*gdeng*) bắt nguồn từ sự hiểu biết (*rtogs-pa*) của cá nhân hành giả (*rang*) về trạng thái tỉnh giác nội tại tức thời (*rig-pa*). Nói chung tôi dịch *rig-pa* là Giác Tánh hay tỉnh giác nội tại tức thời. *Rig-pa* là Vidya trong Phạn ngữ, nhưng trong mạch văn Dzogchen nó có một ý nghĩa rất đặc biệt, ngược lại với hệ thống Sutra, ở đó nó thường có nghĩa “sự thông tuệ” như đã chỉ ra trước đó. Tôi dùng chữ A hoa để phân biệt *rig-pa* ; “Giác Tánh” từ *shes-pa* “Tỉnh giác, nhận ra, biết một điều gì” và *shes-rig* “một nhận biết về điều gì đó, một tri kiến”. Sự tự tin (*gdeng*) chỉ lòng tin phát triển trong hành giả từ lúc được giới thiệu vào Rigpa (*rig-pa ngo-sprod*), vì khi lập

lại việc hành thiền, hành giả không còn nghi ngờ về nó. Xem luận giảng về trình bày thứ ba của Pastrul Rinpoche ở trên.

MỞ ĐẦU

Dòng 1: Về phần trạng thái tỉnh giác nội tại tức thời này, nó là phi tạo tác và tự hiện hữu (đó là, cách của nó tiêu biểu cho tinh hoa của nền tảng).

Rigpa này hay tỉnh giác tức thời, là phi tạo tác (*grub-pa med-pa*) và tự hiện hữu (*yin-pa*); đó là, theo chú thích (*mchan*), cách thức nó biểu hiện hay hiện hữu (*gnas tshul*) tiêu biểu tinh túy. Đó là Nền hay Nền Tảng (*gzhi yi ngo-bo*). Nền (*gzhi*) là Trạng Thái Nguyên Sơ (*kun bzang dgongs-pa*) là nguồn hay nền tảng của cả hai kinh nghiệm thông thường và Giác ngộ của Đức Phật. Nó thanh tịnh bốn nguyên vì vượt lên thời gian và điều kiện. Nó chưa từng dính dáng hay bị nhiễm bởi Samsara. Rigpa, trạng thái tỉnh giác nội tại tức thời, trạng thái thanh tịnh hiện tiền, là chủ đề của giáo lý cuối cùng của tổ Garab Dorje. Nó là điểm trọng yếu.

Trong sự phiên dịch bản văn ở đây, những chữ và nhóm từ trong ngoặc [] tiêu biểu cho dịch từ những ghi chú hay *mchan* thấy trong bản văn Tây Tạng nguyên thủy. Chúng được viết bằng chữ Tây Tạng nhỏ hơn và có thể do tác giả của bản văn thêm vào. Không có những ghi chú thêm vào này, bản văn sẽ quá súc tích và tối nghĩa giống như những ghi chú trong bài giảng của sinh viên để gợi nhớ lại ký ức của họ. Những tài liệu thấy trong ngoặc đơn () do chính tôi (người dịch) thêm vào để dễ hiểu, và theo sau là luận giảng miệng của ngài Namkhai Norbu Rinpoche.

Dòng 2: Trong cách nó xuất hiện ở bất cứ đâu [những xuất hiện thay đổi khác nhau] là không gián đoạn (và không chướng ngại).

Con đường trong đó những biểu hiện bên ngoài khởi lên hay tự nó xuất hiện (*snang 'char tshul*) với ý thức của cá nhân là ở bất cứ nơi đâu (*cir yang*) không gián đoạn, không ngưng nghỉ và không chướng ngại. Sự xuất hiện (*snang-ba*), đó là bất kỳ những xuất hiện bên ngoài nào tới cảm giác của chúng ta, được nói là thay đổi, trái lại Rigpa là độc nhất và chỉ có một. Điều này cũng đã chỉ ra trong sáu câu kệ Vajra của *Rig-pa'i khu-byung* (xem nguồn gốc lịch sử của Dzogchen). Những biểu hiện cho sự nô đùa của năng lượng sáng tạo hay khả năng không cạn kiệt của Giác Tánh (*rig-pa rtsal*). Chúng không phải là “tâm thức” như trong quan điểm của Chittamatra (Duy Thức) [*sems tsam*], mà hơn thế, chúng là biểu hiện của Tâm (*sems kyi snang-ba*), là một điều gì đó do tâm cấu tạo ngoài những vật chất thô của dữ liệu cảm giác.

Dòng 3: Ngoài ra, tất cả mọi sự [tất cả hiện tượng] khởi lên, xuất hiện, tồn tại, (đều tự-viên mãn tự nhiên) trong trường của Dharmakaya.

Chữ “tất cả mọi sự” (*kun, thams-cad*) ám chỉ tất cả hiện tượng hiện hữu (*snang srid*), và khi phân tích thuật ngữ thứ hai này, nó có nghĩa là bất cứ những xuất hiện

nào (*snang-ba*) và bất kỳ những hiện hữu nào (*srid-ba*). “Tất cả mọi sự” có nghĩa tất cả hiện tượng (*chos kun*), và tất cả hiện tượng này (phạn, dharmas – pháp) tự nó khởi lên hay hiện hữu trong hư không hay trường của Dharmakaya (*chos-sku'i zhing du shar*). Dharmakaya, phạm trù của tất cả hiện hữu là bối cảnh của tất cả dharma hay hiện tượng. Do đó nó có thể so sánh với hư không vô tận của bầu trời, vì nó tỏa khắp (*kun-khyab*) và không có biên giới hay giới hạn (*mtha' bral*). Sự khởi lên niệm tưởng bên trong và những xuất hiện bên ngoài có thể so sánh như những đốm đám mây thấy trong bầu trời. Hư không (*nam-mkha'*) hay quy mô, hoặc rộng mở (*klong*) của Dharmakaya cung cấp chỗ cho tất cả hiện tượng có thể xuất hiện khởi lên không chướng ngại. Do đó, ý nghĩa văn chương của Dharmakaya (*chos-sku*) không phải là “thân” như “Thân chân lý” hay “Thân quy tắc” như một số đã dịch, mà là quy mô (*sku phạn, kaya*) của tất cả hiện hữu (*chos phạn dharma*), và vì thế nó cũng là giáo lý về cái gì thực sự hiện hữu.

Thuật ngữ Kaya (*sku*) không chỉ có nghĩa “thân” trong ý nghĩa vật chất bình thường, mà là toàn thể quy mô biểu hiện của cá nhân, dĩ nhiên thân xác vật chất là trung tâm điểm của quy mô đó, nhưng thân này không chỉ ngưng lại ở làn da. Nó tiêu biểu không chỉ trạng thái hình thể như một pho tượng, mà là một liên hệ sinh động giữa cá nhân và môi trường bên ngoài. Về phần Trikaya “Ba Thân Phật” Nirmanakaya liên quan nhiều đến hiện hữu vật chất, Sambhogakaya với quy mô năng lượng của cá nhân biểu hiện như ánh sáng, và Dharmakaya với quy mô của bản tâm. Giữa ba cái này, Dharmakaya là nền tảng của tất cả hiện hữu, quy mô dung chứa sự khởi lên và tan biến của tất cả hiện tượng, thậm chí của tất cả vũ trụ. Chữ khởi lên có nghĩa “xuất hiện”, “biểu hiện” hay “tự nó hiện diện”.

Dòng 4: Những gì khởi lên (hay xuất hiện) đều giải thoát trực tiếp tùy vào chính hành giả [Trạng thái Tỉnh giác tức thời (*rig-pa*)]

Những gì khởi lên hay xuất hiện (*shar-ba de nyid*) trong quy mô hay bối cảnh của Dharmakaya đều giải thoát trực tiếp (*thog tu grol*) và lập tức bởi đức hạnh của hành giả duy trì trong trạng thái thiền, có thể nói là bởi sự liên tục của chính hành giả (*rang gi*), trong trạng thái tỉnh giác nội tại (*rig-pa nyid*). Tuy nhiên, những niệm tưởng khởi lên khi cá nhân trong trạng thái vô minh hay thiếu tỉnh giác (*ma rig-pa*) tự nó không giải thoát. Ngoài ra hành giả chạy theo và trở nên vướng mắc, rối ren trong chúng. Nhưng khi Rigpa hoàn toàn hiện diện và không có sự can thiệp hay gián đoạn của những niệm lan man hay hoạt động của tâm (*yid*), hiện tượng tự chúng hiện diện đều giải thoát lập tức vào hoàn cảnh nguyên thủy của nó, đó là tánh Không, không để lại dấu vết, giống như mây tan trong bầu trời. Đây là tiến trình tự giải thoát, tiêu biểu cho thực hành đặc biệt của Dzogchen.

Dòng 5: Về phần thực nghĩa của điều này: [tất cả] trạng thái [bao gồm trí huệ bất nhị (Giác Tánh bốn nguyên) hiện diện trong tâm] của tất cả Sugata – Như Lai – đều chứa trong đây (trạng thái đơn độc duy nhất của Giác Tánh nội tại tức thời thấy trong mỗi chúng sanh).

Sau đó, bản văn nói về thực nghĩa (*don*) của những điều trên. Sugata (*bde-bar gshegs-pa*) nguyên nghĩa là “Như Lai” hay “Người đi vào Cực Lạc” là một tiêu đề của Đức Phật. Bản văn nói về trạng thái Bốn Nguyên (*dgongs-pa*) hiện diện trong tâm (*thugs*) hay “Tâm Thức” của tất cả chư Phật ba thời quá khứ, hiện tại, vị lai. Trạng thái bốn nguyên này biểu hiện một trí huệ bất nhị (*gnyis su ned-pa'i ye-shes phan, advaya-jnana*) như Giác Tánh Bốn Nguyên. Nó bất nhị vì có trước và siêu vượt lên hai thái cực chủ thể và đối tượng (*gzung 'dzin*) làm tất cả hoạt động của tâm phiền toái liên tục (việc bàn luận phiên dịch chữ *jnana* hay *ye-shes* là “gnosis” hãy xem trong phần luận giảng về bản văn của ngài Patrul Rinpoche). Là tiềm năng cho tất cả trí huệ khác nhau thấy trong trạng thái đơn độc và duy nhất này, Rigpa giống như một gương có khả năng phản chiếu tất cả những gì có thể phản chiếu. Gương này là Dharmakaya an trụ tại trung tâm của tất cả chư Phật giác ngộ, và cũng an trụ trong tâm của tất cả chúng sanh chưa giác ngộ. Nó hiện diện trong cả hai giác ngộ và chưa giác ngộ như tính chất của tâm (*sems-nyid*). Tuy nhiên, “gương” chỉ là một so sánh, vì gương chỉ có hai mặt, trái lại, Dharmakaya sở hữu quy mô không giới hạn, vì nó là nguồn và môi trường cho tất cả biểu hiện. Lấy một ví dụ tốt hơn, chúng ta có thể nói về một gương tinh thể có nhiều mặt phản chiếu vô tận trong huyền thoại Indrajala “lưỡi của Indra”.

Dòng 6: Để gây cảm hứng [cho Manjushrimitra], người đã ngã bất tỉnh (trên đất), Upadesha này (hay hướng dẫn bí mật) chứa trong “Ba Trình Bày Đánh vào Những Điểm Trọng Yếu “ (được tổ Prahevajra hay Garab Dorje hiển bày).

Sự biến mất của vị thầy thân yêu, thân của ngài tan biến (*yal-ba*) vào hư không, sau đó được nhận ra dưới Thân Ánh Sáng (*'od lus*), Manjushrimitra ngã xuống (*brgyal-ba bslang*), khi tỉnh lại thấy thầy của mình trong hình tướng một đứa trẻ ngồi giữa trường ánh sáng cầu vồng (*thig-le*). Vào lúc đó, vị thầy giới thiệu cho đệ tử tâm hay đệ tử chánh (*thugs-sras*) chúc thư cuối trong dạng một Upadesha (*man-nag*) hay hướng dẫn bí mật (xem phần hai : cuộc đời của Garab Dorje).

Dòng 7: Với mục tiêu loại bỏ tất cả khái niệm về Samsara và Nirvana [có thể nói tin vào sự tự-hiện hữu thật sự của chúng (trong giới hạn riêng chúng)].

Bản văn nói về sự loại bỏ hay cắt đứt tất cả những khái niệm liên quan đến Samsara và Nirvana (*'khor 'das gnyis kyi rdos thag-bcad*) đó là tất cả khái niệm liên quan đến niềm tin trong thực tại của hai thực thể tự-hiện hữu hay đối tượng thực tại (*gnyis-ka rang yin-par shes-pa*).

Dòng 8: (Thuyết giảng tốt đẹp và quá hoàn hảo này) chúc thư cuối đưa ra vào lúc chết của ngài, phải được cất dấu (và lưu giữ) ở nơi sâu nhất trong trái tim hành giả.

Upadesha này, phải được cất dấu nơi sâu nhất trong tâm hành giả (*dkyil du ssbos*); sự hô hào cổ vũ này gửi đến người nghe hay người đọc.

Dòng 9: A [Thật ra, nó (trạng thái Tỉnh giác nội tại tức thời) vượt lên tất cả quan niệm (của trí thông minh) là phi tạo tác (và phi điều kiện)].

Ghi chú trong bản văn cho chúng ta biết Rigpa vượt lên khái niệm (*la bzla-ba*) và là điều gì đó phi tạo tác (*sky med*), nó không sanh ra tâm như tư tưởng. Trạng thái Nguyên sơ phi tạo tác này là ý nghĩa của chữ A. A là nguồn của tất cả âm thanh và sự liên tục thông tin, theo âm vị học của Phạn ngữ, âm thanh này đi kèm theo sự phát âm của mỗi nguyên âm và phụ âm. Tập trung trên chữ A Tây Tạng màu trắng là một thực hành quan trọng trong Dzogchen . Trong hệ thống Tantra, A là biểu hiện của trạng thái Shunyata, là nguồn của mọi hiện tượng và môi trường của tất cả hiện hữu. Nó là chủng tử tự của Đại Thiên Mẫu, Prajnaparamita. Bây giờ, phần mở đầu đã hoàn tất và chúng ta đến với Ba Trình Bày thực sự.

BA TRÌNH BÀY

Dòng 10: ATI Về phần Upadesha này, hiển bày không ngần ngại trạng thái Tỉnh giác nội tại tức thời (và nó tiêu biểu cho tiềm năng của trạng thái bản nguyên như sau)

Giáo lý Dzogchen cũng được biết là Atiyoga, Ati có thể dịch là “nguyên sơ” (*gdod-ma*, phạn, adi). Thường trong bản văn Dzogchen , chữ Ati để lại không dịch, dùng như một viết tắt cho Atiyoga. Upadesha này, hiển bày không do dự (*spyi brtol du bstan-pa'i man-ngag*) cho đệ tử, và một lần nữa, nó chỉ ra chủ đề chánh của toàn bộ giáo lý là Rigpa .

Dòng 11: Hành giả được giới thiệu vào thật tánh của mình, thật tánh của hành giả là Giác Tánh , hiển lộ hoàn toàn thanh tịnh và nó chính là trạng thái

hiện diện tức thời này (*rig-pa*) được giới thiệu ở đây, trong cùng một cách như sự sân hận có thể tự nó giải thoát.

Trình bày thứ nhất của Garab Dorje đọc là *ngo rang thod tu sprad-pa*, “hành giả được giới thiệu (*ngo-sprad-pa*) trực tiếp (*thog tu*) vào khuôn mặt hay thể tánh (ngo) của chính mình (rang)” và thật tánh của riêng hành giả (rang ngo) chính là trạng thái Tỉnh giác lập tức gọi là Rigpa (xem phần tự luận của Patrul Rinpoche). Ở đây sự giới thiệu hoàn tất trong cùng cách như sự sân hận tự nó giải thoát (*zhe-sdang nyid kyis grol-ba*). Một cảm xúc mạnh như sân hận (*zhe-sdang*) sẽ tan biến vào riêng nó theo hoàn cảnh nguyên thủy của tánh không, nếu không có sự can thiệp của tâm.

Dòng 12: Hành giả quyết định dứt khoát trên trạng thái đơn độc duy nhất này [(có thể nói, hành giả phát hiện cho chính mình) Giác Tánh nội tại (*rig-pa*) là nhận thức trong nó không có bất kỳ nhị nguyên nào (của chủ thể và đối tượng)].

Trình bày thứ hai của Garab Dorje đọc là *thag gcig thog tu bcad* “hành giả phát hiện (*thag-bcad*) trực tiếp (*thog tu*) (trạng thái) duy nhất này (*gcig*)” (về phần trình bày này xem phần tự luận của Patrul Rinpoche).

Dòng 13: Hành giả (sau đó) tiếp tục với tín tâm trực tiếp vào (tự) giải thoát (và vì vậy, Giác Tánh của hành giả (tự thấy) vốn sẵn giải thoát trên chính nó.

Trình bày thứ ba đọc là *gdeng grol thog-tu bca'* “hành giả với tín tâm (*gdeng*) tiếp tục trực tiếp (*thog-tu bca'*) vào giải thoát (*grol*)” (cũng xem phần tự luận của Patrul Rinpoche).

Dòng 14: Trạng thái hiện hữu của chính hành giả [không có một chúng sanh nào trong sự tự-biểu hiện (Giác Tánh nội tại của họ) lại không thấy chính họ (vốn sẵn) giải thoát], và trạng thái của các phương pháp khác (vô tình và hữu tình, trong thế giới bên ngoài) tự nó hiện diện như những xuất hiện bên ngoài, gặp gỡ lẫn nhau) và đi đến hoà nhập.[Nhưng ở đây không nên hiểu chúng ta và người khác (như cái “tôi” là Giác Tánh bên trong, và “người khác” là những xuất hiện bên ngoài được cho là) khởi lên theo kiểu nhị nguyên (như chủ thể và đối tượng)].

Ở đây đưa ra một giải thích xa hơn. Trạng thái hiện hữu riêng của cá nhân (*rang ngo yin-pa*) có nghĩa Giác Tánh bên trong (*nang rig-pa*) hiện hữu trước ý thức (*rnam-shes*), vì sự vận hành của ý thức như định nghĩa trong triết học Phật giáo, luôn luôn nhị nguyên, sự phân hai giữa chủ thể bên trong và đối tượng bên ngoài hình

thành trò chơi. Ý thức này tiêu biểu một tỉnh giác (*shes-pa*) không mạch lạc (*rnam-par*). Nhưng Rigpa vốn sẵn giải thoát. Vì vậy, không niệm tưởng chúng sanh nào, trong sự tự-biểu hiện của Giác Tánh này, lại không thấy chính họ vốn giải thoát (*sems-can rang-snang du ma grol-ba gcig kyang med*). Tự-biểu hiện (*rang-snang*) có nghĩa điều đó xuất hiện hay biểu hiện không có một nguyên nhân trước đó. Đối nghịch với nó là *gzhan-snang*, một biểu hiện hay xuất hiện phụ thuộc vào điều khác. Trạng thái Giác Tánh nội tại tự-biểu hiện trái với trạng thái của sự vật khác; hữu tình hay vô tình, chúng tự-hiện diện đến Giác Tánh như những xuất hiện (*gzhan ngo snang tshul*) trong thế giới bên ngoài.

Bản văn ở đây nói trong bối cảnh thiền, hơn là ý niệm lan man (*rnam-shes*). Trong trạng thái thiền, Giác Tánh nội tại và những biểu hiện bên ngoài gặp gỡ lẫn nhau, trong cùng hay khác cách, tùy vào cấu trúc vật chất của giác quan và chúng trở nên hòa nhập (*gnyis 'dres-pa... 'phrad-pa*). Nhưng ở đây không nên hiểu Giác Tánh nội tại và những biểu hiện bên ngoài khởi lên theo cách phân hai của chủ thể và đối tượng (*ma rtog-pa la rang gzhan gnyis su byung*).

Dòng 15: [Upadesha duy nhất này (hay hướng dẫn bí mật) khiến tự-giải thoát nhanh chóng (niệm tưởng và những xuất hiện) là độc nhất, và trái lại đều không hiện hữu, một mình nó (đủ để giải thoát)].

TRÌNH BÀY THỨ NHẤT

Dòng 16: ATI Bất cứ những gì có thể khởi lên hay xuất hiện (như hiện tượng bên ngoài, chỉ là trạng thái hiện hữu của chính hành giả) [tách khỏi tổ chức và hệ thống cấu trúc của hiện tượng, mà (thực ra) không hiện hữu (trong thực tại), hành giả có thể chẳng đạt được điều gì.] Bởi tác dụng của toàn thể năng lượng (hay tiềm năng) sẵn có của nó; [vì nó (Rigpa hay Giác Tánh) đều hài hòa với những loại sự vật khác nhau (khởi lên, nó cho phép nhiều loại (hiện tượng) khác nhau này (tự chúng) giải thoát và vì vậy, không hiện hữu một giải độc nào khác.]

Bây giờ, ba trình bày được đề cập với một ít chi tiết hơn, bắt đầu với cái đầu tiên, sự hướng dẫn trực tiếp (*ngo-sprod-pa*). Trong sự mô tả chi tiết sau đây, sự giải thoát liên quan đến quan điểm của Thekchod và Thodgal. Quan điểm này hòa hợp và luận giải lẫn nhau, hơn là đối xử tách biệt; như trong trường hợp truyền thống Terma sau này. Như một ví dụ về cái sau, hãy xem *Khrid-yig ye-shes bla-ma* của Jigmed Lingpa nổi tiếng mà tôi đã dịch, ở đó Rushan, Thekchod, Thodgal và Bardo được luận giải tách biệt.

Bất cứ những gì có thể khởi lên, xuất hiện như hiện tượng bên ngoài đến cá nhân, chỉ là những xuất hiện hiện hữu bên ngoài của trạng thái nội tại hành giả (*cir snang rang yin*), có thể nói, nó chỉ là tiềm năng hay năng lượng sáng tạo của Giác Tánh (*rig-pa'i rtsal*) và sau nhiều hao tổn thẩm tra, hành giả sẽ thấy không có gì bền vững, quan trọng hay có thực trong nó. Không có điều gì trong chúng ta là thực hay vốn sẵn hiện hữu, có thể thấy nằm đâu đó phía sau hiện tượng. Hiện tượng này xuất hiện tự phát trong hư không trống rỗng giống như chiếu phim hay hình chụp ba chiều. Sự xuất hiện của hiện tượng là một phóng chiếu năng lượng (*rtsal*) của tâm, một ảo ảnh được phóng vào hư không; nhưng sự rộng mở của hư không (*klong*) trong tự nó là trống rỗng và không giới hạn. Sự xuất hiện của hiện tượng giống như ánh sáng mặt trời khúc xạ qua một pha lê trong suốt, sau đó xuất hiện như cầu vồng trên tường. Tuy nhiên, tâm (*yid*) thực sự sở hữu khả năng sẵn có về tổ chức và cấu trúc những kinh nghiệm cảm giác và hiện tượng quang học này, và vì bản văn nói về một hệ thống tổ chức của hiện tượng (*chos lugs*); mà cấu trúc này, dù hành giả ngộ nhận sai lầm về nó như một đối tượng thực sự, thật ra nó không có tự tánh, nó không là điều độc lập với tâm mà trái lại; nó không chỉ là điều do tâm tạo tác trong nghĩa một ảo tưởng tự ngã. Hơn thế, có một tiến trình phân biệt đang tiến hành ở đây bao hàm những nguyên nhân và điều kiện phụ trên khía cạnh vô minh. Chỉ trên khía cạnh giác ngộ mới nhận biết giải thoát nội tại.

Thanh Tịnh Quang của Dharmakaya an trú trong tâm của cá nhân từ khởi thủy. Tâm (*tsit ta*) có thể so sánh với máy chiếu slide, một loại máy chiếu phim ban đầu, tất cả hình ảnh có khả năng xuất hiện trong ánh sáng nguyên sơ của Giác Tánh nội tại. Sau đó, ánh sáng như năng lượng của Giác Tánh, di chuyển qua kính mạch thần kinh Kati đến mắt, hai mắt như hai thấu kính, và hình ảnh chiếu ra ngoài không gian như hình ảnh ba chiều. Những hình ảnh này trong tự tánh mà nó sở hữu tuyệt đối trống rỗng và không có thực, ở bình diện tương đối là một loại xuất hiện gần như huyền bí thực sự (*rdzu-'phrul*) giống như ảo ảnh trong sa mạc hay kỹ xảo của nhà ảo thuật trong một cảnh diễn. Sự xuất hiện trông giống như thật, những bản thân nó là không. Chúng ta không nói về “duy tâm” (*sems-tsana*) ở đây của học thuyết Duy Thức, mà về tiềm năng và hoạt động của năng lượng (*rtsal*). Những hình ảnh hay xuất hiện này phóng vào không gian không phải tâm mà là biểu hiện của tâm (*sems-kyi snang-ba*). Tuy nhiên, những biểu hiện này không độc lập với tâm. Nếu tâm và cảm giác được tịnh hóa, cá nhân sẽ tiếp nhận thế gian với Kiến thanh tịnh (*dag snang*), hành giả sẽ tiếp nhận nó như phạm vi thanh tịnh của Mandala. Những nếu tâm, Giác Tánh của nội tại hành giả vẫn bị che phủ bởi nhiều lớp chướng ngại, những chướng ngại này sẽ bóp méo cái thấy của hành giả và hành giả sẽ tiếp nhận thế gian với nghiệp kiến bất tịnh (*ma dag las snang*), hành giả sẽ tiếp nhận thế gian như một chúng sanh vô minh bình thường sống trong lục đạo luân hồi. Thế nên, trong Dzogchen, nó không là trường hợp chuyển hóa cái thấy của hành giả thành cái khác, như những hành giả làm trong Tantra. Hơn nữa, hành giả tịnh hóa chính mình bằng

cách đi vào trạng thái thiền, nằm vượt lên tất cả điều kiện nghiệp, và sau đó cái thấy xuất hiện tự nhiên. Đó là tại sao hành giả phải thành thạo Thekchod trước khi thực hành Thodgal. Ngoài ra, vì tập khí nghiệp nặng nề thừa hưởng từ quá khứ xa xưa, một thời gian không có khởi đầu, nghiệp kiến bất tịnh sẽ tái xuất hiện và hành giả sẽ thấy chính mình một lần nữa bị giam hãm trong luân hồi.

Bởi tác dụng của năng lượng hay tiềm năng sẵn có riêng nó (*stobs rang gis*), Giác Tánh đó là trạng thái hiện hữu tự nhiên của hành giả (*yin-lugs*) thúc đẩy sự khởi lên của nhiều loại xuất hiện khác nhau mà sau đó tự chúng giải thoát, vì trong Giác Tánh hài hòa không mâu thuẫn. Những xuất hiện và Giác Tánh hiện hữu trong một trạng thái hợp nhất hỷ lạc, nên giải thoát là vốn sẵn và tự phát, vì vậy không cần tồn tại một giải độc nào khác (*gnyen-po gzhan med-pa*). Điều này trái ngược với thực hành thiền định trong hệ thống Sutra; thường sử dụng đối trị. Những đối trị như vậy tiêu biểu sự làm việc của tâm. Nhưng trong Dzogchen, thiền giả không cố gắng ngăn cản niệm tưởng hay dùng đến đối trị chống lại chúng. Dzogchen giống như liệu pháp vi lượng đồng căn hơn là một tiến trình đối chứng trị liệu. Trạng thái Tỉnh giác hiện diện tức thời là đối trị duy nhất, là thần dược phổ quát. Trong trạng thái thiền, tất cả mọi sự đều hợp nhất với hiện diện của Giác Tánh này, vậy không phải là hai chân lý, Thế Đế và Chân Đế như trong hệ thống Sutra. Chỉ có một chân lý, trạng thái nguyên sơ ở đó mọi biểu hiện và tánh không không thể tách biệt (*snang stong dbyer-med*).

Dòng 17: (Thay cho mọi hiện tượng) đi tới việc gặp chính nó (hay bản thể) một cách trực tiếp [chẳng hạn, khi người ta gặp một người cùng ngôn ngữ (cùng quốc tịch) ở nước ngoài không cùng ngôn ngữ và (họ nhận biết lẫn nhau nhanh chóng) trong cùng một cách như sân hận tự nó giải thoát bằng việc nhận ra sân hận như sân hận.

Một lần nữa, ở đây bản văn xem xét thực hành Thodgal (xem dòng 30). Cái thấy này (*snang-ba*), hoặc chúng đại diện cho kiến thanh tịnh (Nirvana) hoặc nghiệp kiến bất tịnh (Samsara) có thể thấy sự biểu hiện năng lượng của trạng thái tỉnh giác (*rig-pa'i rtsal*). Do đó, trong trạng thái thiền, cái thấy hay hiện tượng này đi đến việc gặp chính chúng (*rang rang phrad-pa*), giống như thấy mặt của hành giả trong gương, hay như hai người từ cùng một nơi tình cờ gặp nhau ở nước ngoài. Họ lập tức nhận ra lẫn nhau (*rang du ngo-shes-pa*). Đây là khoảnh khắc tự-nhận biết, và lúc đó; chúng tự-giải thoát. Rigpa là tấm gương của Giác Tánh phô bày tất cả mọi sự mọi nơi, ở tất cả hoàn cảnh, trong mỗi sự kiện xảy ra, hiện hữu này là tự-nhận thức. Điều này giống như mạng lưới lớn của Indra, chế tạo bởi một loạt gương nối kết, mỗi gương lại phản chiếu từng gương khác. Trong thần thoại Ấn Độ, nó gọi là Indra, vị vua của các Deva có các thợ Vishvakarman lành nghề thiết kế một mạng gương như vậy cho chốn thiên đường Vijayanti trên đỉnh trung tâm núi vũ trụ của Sumeru.

Trong Indrajala này, hay mạng Indra mỗi sự kiện xảy ra trong vũ trụ phản chiếu lại từng sự kiện khác. Tuy nhiên, trong Dzogchen Rigpa là độc nhất, và nhận biết (*ye-shes*) đa dạng không giới hạn.

Áp dụng cho sự khởi lên của những xuất hiện bên ngoài (*phyi snang*) cũng áp dụng tương đương với sự khởi lên của niệm tưởng bên trong (*nang rtog*) như cảm xúc. Thế nên, cảm xúc sân hận tự nó giải thoát bởi việc nhận ra như sân hận (*zhe-dang dus shes-pa*). Trong gương của Giác Tánh, sân hận tự nó nhận ra là sân hận, và năng lượng của nó tan biến lập tức. Phương pháp ở đây là *gcer-grol* tức giải thoát qua chú tâm hay nhận biết (xem phần tự-luận của Patrul Rinpoche).

Dòng 18: (Khi tìm nó) Mẹ (là nguồn nguyên thủy), sự nhận biết (trí huệ của cái thấy hay hiện tượng) trực tiếp gặp gỡ Mẹ của nó [(có thể nói) tự thân cái thấy là (tự) giải thoát bằng phương tiện của cái thấy, giống như bơ chảy hoà tan vào bơ].

Khi tìm kiếm Mẹ của nó (*ma*), nguồn ánh sáng sanh ra nó, sự nhận thức (*ye-shes* – trí huệ) của cái thấy (hay hiện tượng) gặp gỡ trực tiếp Mẹ của nó (*ma thog tu ma rang phrad-pa*) là Trạng Thái Bản Nguyên của Thanh Tịnh Quang Nền (*gzhi*) giống như tia sáng mặt trời gặp ánh sáng mặt trời, giống như ánh sáng (*ye-shes*) hợp vào ánh sáng (*'od gsal*). Mọi hiện tượng thấy được đều giải thoát vào ánh sáng của Giác Tánh này. Vậy tự thân cái thấy là sự tự-giải thoát bằng phương tiện của cái thấy (*snang-ba nyid snang-bas grol*). Chỉ với lần đầu thấy mình phản chiếu trong gương khiến chúng ta phát hiện ra gương.

Dòng 19: (Tìm kiếm Con) Con (là nhận biết này hay Giác Tánh Nguyên Sơ) tự nó gặp nhau trực tiếp.

Con (*bu*) là nhận thức cá nhân hay Giác Tánh bản nguyên (*ye-shes*) của một số hiện tượng cảm giác hiện hữu trước tâm thức (*gid*) đi vào hoạt động. Đứng vững không che đậy trong sự hiện diện của thiên là Rigpa. Cũng giống như thấy chính mình phản chiếu trong gương. Gương này là Mẹ (*ma*), là Bồ đề tâm hay trạng thái nguyên sơ của giác ngộ. Con (*bu*) là nhận biết, một khoảnh khắc đặc biệt của tỉnh giác nguyên thủy hay trí huệ. Với cá nhân, hiện hữu nhiều nhận biết như vậy, nhưng tất cả chúng là những đứa con của một Mẹ. Có nhiều nhận biết và chỉ có một Rigpa, nhưng tính chất của chúng giống nhau.

Dòng 20: [Tự thân Giác Tánh là (tự) giải thoát bằng phương tiện của Giác Tánh giống như nước tan trong nước.]

Dòng 21: (khi tìm kiếm) trạng thái độc nhất này, hành giả gặp gỡ trạng thái độc nhất của chính mình.

Khi tìm trạng thái độc nhất này (*gcig*) là Rigpa, hành giả gặp gỡ trạng thái độc nhất một cách trực tiếp (*gcig thog tu rang phrad-pa*). Đây là trường hợp khi hành giả phát hiện trạng thái độc nhất của Giác Tánh trong một lượng lớn những kinh nghiệm khác nhau.

Dòng 22: [Bản tánh riêng của hành giả (đơn giản) gặp gỡ chính nó, nhưng tinh túy của nó siêu việt mọi diễn tả (bằng lời) giống như hư không tan trong hư không hay như con rắn cuộn tròn tự nó mở ra một cách tự nhiên.]

Bản tánh hay khuôn mặt của hành giả (*rang ngo*) gặp gỡ chính nó (*rang ngo rang du phrad-pa*). Khi hành giả mặt đối mặt với chính mình trong gương và sau đó phát hiện mình là tự thân cái gương. Điều này là tinh túy của hành giả (*ngo-bo*), là trạng thái của tánh Không, tương ứng với tính chất của gương, và tinh túy này siêu việt lên mọi diễn tả bằng lời (*brjod las 'das-pa*) kinh nghiệm hợp nhất này giống như hư không tan vào hư không (*nam-mkha' la nam-mkha' thim-pa lta-bu*). Không gian nội tại (*nang dbying*) của Giác Tánh bên trong (*nang rig-pa*) và không gian bên ngoài (*phyi dbying*) là quy mô trong đó những xuất hiện hay cái thấy (*snang-ba*) được biểu hiện, hợp nhất và nhận biết bởi sự giống nhau. Chẳng hạn khi nôi đất bị bể, không còn không gian bên trong và bên ngoài nôi, chỉ có một không gian hay chiều (*dbying*). Tuy nhiên, không gian trong cách không thay đổi – nôi đất tiêu biểu cho skandhas (*phung-bo* – các uẩn), sự hiện thân của cá nhân hay giới hạn hiện hữu thuộc nghiệp cá nhân. Tiến trình tự-giải thoát này có thể so sánh với con rắn cuộn ba vòng tự nó mở ra tự nhiên (*sbrul gyi mdud gsum dus gcig la grol-ba lta-bu*).

Dòng 23: Trạng thái đơn độc và duy nhất tức thời này chỉ có thể thấy trong chính hành giả.

Trạng thái độc nhất của Rigpa (*rig-pa gcig-pu*) chỉ thấy trong chính hành giả, nguyên nghĩa là “liên hệ với bản thân hành giả” (*rang dang 'brel-ba*).

Dòng 24: Nếu nó giống như vậy, khi hành giả biết (hay nhận ra tinh túy của mình) tất cả mọi sự được đem vào cùng một khoảnh khắc, trong đó hiện diện một Giác Tánh nguyên thủy (hay nhận biết) không vượt lên (trí huệ này của) tinh túy độc nhất đó [điều này giống như một người đàn ông và một phụ nữ yêu nhau và gặp gỡ (một cách bí mật) ở một nơi riêng tư (để làm tình)]

Tinh túy (*ngo-bo*) là Shunyata hay tánh không, tình trạng của tính chất gương. Nếu hành giả biết hay nhận ra tinh túy của mình (*rang gi ngo-bo shes na*) có thể nói, nếu biết mình là gương, thì mọi sự đến với nhau cùng lúc tại một khoảnh khắc duy nhất (*dus gcig la tham-cad 'dus*). Trong điều kiện này, hành giả vượt lên thời gian, vì thời gian là điều do tâm tạo tác và chỉ hiện hữu về mặt phản chiếu, không trong tình trạng tự thân của gương. Điều kiện phi thời gian này là thời gian thứ tư vượt lên ba thời quá khứ, hiện tại, vị lai; nó là “thời gian vĩ đại” là bối cảnh hay chiều dung chứa ba thời cùng lúc. Trong điều kiện là gương và không phải là sự phản chiếu, đó là sự hiện diện liên tục một nhận biết hay Giác Tánh nguyên thủy (*ye-shes*) không vượt lên cái biết của chính tinh túy độc nhất này (*ngo-bo gcig las ma 'das-pa'i ye-shes*). Bằng việc phát hiện chính kinh nghiệm độc nhất của trạng thái tỉnh giác lập tức (*rig-pa*) hành giả phát hiện toàn thể vũ trụ (pháp giới). Bởi việc chỉ biết một hiện tượng hay dharma (pháp), ở đó Rigpa hiện diện, nên hành giả biết tất cả các dharma. Biết một việc tức biết tất cả các việc. Mặc dù hiện tượng khác nhau vô tận, trạng thái tỉnh giác tức thời này là duy nhất. Nó như một gương phản chiếu tất cả các sự kiện. Không có một nhận biết khác, nó là *rig-pa'i ye-shes*, trí huệ của trạng thái tỉnh giác nội tại tức thời. Và điều này giống như hai người yêu nhau bí mật gặp gỡ.

Dòng 25: Tự thân của trạng thái độc nhất này chỉ có thể tìm thấy trong chính hành giả.

Trạng thái độc nhất này (*rang gcig-pu*) có nghĩa *rig-pa'i ye-shes*; trí huệ của trạng thái Tỉnh Giác .

Dòng 26: Ngay cả dù những xuất hiện là khác nhau, vẫn hiện diện một trí huệ chung, hay Giác Tánh bản nguyên, trong đó sự khác biệt của chính chúng (hiện tượng khác nhau) (tự) giải thoát bằng phương tiện của chính sự khác biệt đó. [(một nhận thức như vậy giống như cắt đứt một nút chính (thắt trong sợi dây), nhờ đó cắt đứt hàng trăm nút khác trong sợi dây)].

Những xuất hiện bên ngoài khác nhau vô tận (*sna-tshogs su snang yang*), nhưng Rigpa là độc nhất, một đặc biệt phi thường. Nó là trí huệ chung hay Giác Tánh nguyên thủy (*ye-shes spyi*), ở đó hiện tượng khác nhau tự giải thoát bằng phương tiện của chính xuất hiện như hiện tượng khác biệt của chúng (*tha-dad nyid tha-dad nyid kyis grol-ba'i ye-shes spyi*). Rigpa là thanh kiếm chặt đứt lập tức nút Gordian của những xuất hiện.

Dòng 27: **Sự giải thoát duy nhất này chỉ có thể tìm thấy trong chính hành giả .**

Dòng 28: **[Vì (nhận thức này) là tự-biểu hiện, nó là trí huệ hay Tánh Giác nguyên thủy không thể đạt được ở nơi khác (chỉ có trong bản thân hành giả). (Tự-giải thoát) chính là tự thân Giác Tánh bốn nguyên)].**

Cách giải thoát duy nhất này (*grol-ba gcig-pu*) chỉ tìm thấy trong bản thân hành giả. Trí huệ của trạng thái tỉnh giác (*rig-pa'i ye-shes*) là tự-xuất hiện (*rang snang*); nó là tánh giác nguyên sơ không thấy ở đâu khác ngoài bản thân hành giả (*gzhan du mi rnyed-pa'i ye-shes*).

Dòng 29: **[Ví dụ, giống như đi vào một thành phố thật lớn hội tụ của một trăm hay một ngàn con đường].**

Tất cả con đường tâm linh khác thuộc về những Thừa khác nhau đã đến giác ngộ đồng quy tại cùng một mục đích; tất cả con đường đều dẫn đến thành phố giải thoát này (*grol-ba'i grong-khyer*) đó là cõi giới chúng ta được giới thiệu vào bản thể của mình, đó là Giác Tánh nội tại, và trình bày thứ nhất kết thúc ở đây.

TRÌNH BÀY THỨ HAI

Dòng 30: **(Trong trạng thái Tỉnh Giác tức thời) hành giả phát hiện trực tiếp tất cả cái thấy của mình (có thể nói là những trường ánh sáng cầu vồng vi tế thấy trong thực hành) thực sự khởi lên từ bản thân hành giả.**

Trình bày đầu tiên, trước hết liên quan đến Nền, là lãnh vực của Thekchod, nhưng trong trình bày thứ hai, sự nhấn mạnh là trên con đường; tiêu biểu bằng thực hành Thodgal. “Cái thấy cuối cùng” của hành giả hay “cái xuất hiện cuối cùng” (*mthar snang*) là những trường ánh sáng cầu vồng vi tế (*thig-le*, phạn-bindu) thường xuyên những chuỗi vajra lại với nhau (*rdo-rje lu-gu-rgyud*) và trong các mẫu khác xuất hiện cùng lúc đến cái thấy của hành giả trong lúc thực hành Thodgal. Nó là cái thấy của *thigle* phát triển trong bốn giai đoạn của cái thấy (*snang-ba bzhi*) tiêu biểu kết quả cuối cùng của con đường. Vượt lên những giai đoạn của cái thấy là đạt được Thân Ánh Sáng cầu vồng. Vì lý do này, chúng được gọi là cái thấy (*snang*) cuối cùng (*mtha'*). Thực hành thiền luôn luôn hợp nhất với bốn giai đoạn của cái thấy này:

1. Cái thấy của nhận thức trực tiếp về Thực Tại (*chos nyid mngon-sum kyi snang-ba*).

2. Cái thấy của phát triển kinh nghiệm (*nyam sgong 'phel gyi snang-ba*).
3. Cái thấy gia tăng đầu đủ của Giác Tánh (*rig-pa tshad phebs kyi snang-ba*).
4. Cái thấy tiêu hao hay hoàn chỉnh của Thực Tại (*chos nyid zad-pa'i snang-ba*).

Trong thực hành Thodgal với ánh sáng mặt trời, *thig-le* hay trường cầu vòng vi tế xuất hiện trong giai đoạn đầu tiên. Trong trạng thái tự nhiên của bản thân hành giả (*rang thog tu*) đó là trạng thái thiền, hành giả xác định dứt khoát (*thag-bcad*) cái thấy cuối cùng của *thig-le*, vv... thực tế ở trong chính hành giả từ nguyên thủy, dù chúng xuất hiện trong không gian bên ngoài như sự phóng chiếu. Chúng biểu hiện tiềm năng của chính hành giả hay ánh sáng bên trong.

Tất cả mọi sự khởi lên như hiện tượng xuất hiện, bao gồm âm thanh, ánh sáng, tia sáng (*sgra 'od zer gsum*), hoặc là kiến thanh tịnh hay nghiệp kiến bất tịnh, sự xuất hiện năng lượng của Giác Tánh nội tại trong hành giả (*rig-pa'i rtsal*) trong không gian bên ngoài (*phyi dbying*) là bộ phận của tiềm năng chính hành giả (*rang rtsal*). Năng lượng này, trong dạng ánh sáng bắt nguồn từ trung tâm của cá nhân. Có thể nói, sự chiếu sáng rực rỡ sẵn có hay tự-chiếu sáng (*rang gsal*) của trạng thái bản nguyên của hành giả, mặc dù tỏa khắp trong thân, an trú nguyên thủy trong trái tim vật chất (*tsit ta*). Từ không gian bên trong hay lỗ hổng trong tim, ánh sáng nội tại này (*nang 'od phan. antarajyotih*) bắt đầu đi lên qua một kinh mạch trong suốt gọi là Kati, hay thần kinh trắng mịn (*dkar 'jam rtsa*), sau đó ra ngoài cơ thể qua hai mắt. Ánh sáng bên trong này phóng ra ngoài tim xuất hiện trong hư không như một điều gì đó có thật và có thực chất; giống như phim chiếu trên màn ảnh lớn bao quanh chúng ta trên tất cả các mặt. Sau đó chúng ta bị mê hoặc bởi những phô bày của phim chiếu đó, như thể chúng ta bị giam hãm trong một giấc mơ, ở đó mọi sự có vẻ vô tư, chắc chắn và có thực. Tuy nhiên, màn ảnh mà hình ảnh chiếu lên không phải là một số vách tường mà còn bao gồm khoảng hư không trống rỗng, là quy mô (hay chiều) của tất cả hiện hữu. Mọi sự được tiếp nhận trong quy mô rộng mở này là sự hiển bày ánh sáng của Giác Tánh, hơn là một phóng chiếu của hào quang. Tiến trình phóng chiếu này (*'phro-ba*) được mô tả lần lượt trong sáu ánh sáng hay ngọn đèn (*sgron-ma drug*):

1. Ngọn đèn của quy mô của Giác Tánh (*rig-pa dbyings kyi sgron-ma*).
2. Ngọn đèn của trái tim giống như thịt (*tsitta sha'i sgron-ma*).
3. Ngọn đèn của thần kinh trắng mịn (*dkar 'jam rtsa'i sgron-ma*)
4. Ngọn đèn của nước (giống như mắt hình cầu) bắt tất cả mọi thứ bằng dây thòng lọng đặt ở xa (*rgyang zhags chu'i sgron-ma*).
5. Ngọn đèn của trường ánh sáng vi tế trống rỗng (*thig-le stong-pa'i sgron-ma*).
6. Ngọn đèn của trí huệ tự-lưu xuất (*shes-rab rang bying gi sgron-ma*).

Vì vậy, cái có vẻ như xuất hiện bên ngoài của cá nhân trong không gian bên ngoài (*phyi dbying*) thực tế là cái hiện hữu trong chính nó ở không gian bên trong

của cá nhân. Trong thực hành Thodgal, hành giả phát hiện ánh sáng bên trong tự lưu xuất từ quy mô của Giác Tánh an trú trong lỗ hổng của trái tim vật chất, giống như ngọn đèn cháy trong một bình rỗng. Ánh sáng này đi lên qua kinh mạch trong suốt và phóng qua đôi mắt vào không gian bên ngoài. Ánh sáng này xuất hiện như trường ánh sáng vi tế (*thig-le*) hay như chuỗi vajra (*rdo-rje lu-gu-rgyud*), vv... Tiếp tục thực hành, không gian bên trong của trường hư không vi tế mở ra và phát triển cùng lúc giống như sự hình thành Thiên Hà, và cuối cùng hành giả đạt đến cái thấy bên trong chúng bao gồm cái thấy sau cùng của chư Phật và các cõi Phật. Thế nên, chúng ta nói về sáu ngọn đèn (*sgron-ma drug*). Nếu chúng ta đã tịnh hóa những chướng ngại và những tập khí nghiệp bằng cách thực hành thiền, nhờ vậy cái thấy sẽ thanh tịnh (*das nang*) và chúng ta sẽ biết trường thanh tịnh của Phật trong trường ánh sáng cầu vồng trong không gian bên ngoài này, nhưng nếu tâm vẫn còn ngăn che; cái thấy tiếp tục là nghiệp kiến bất tịnh của lục đạo luân hồi. Thodgal phải được hiểu không phải là một tiến trình chuyển hóa (*sgyur-ba*) bất tịnh thành thanh tịnh bằng con đường của tiến trình quán tưởng thực hiện trong sadhana của Tantra. Quán tưởng là sự làm việc của tâm, trái lại hành giả của Thodgal thấy họ trong thiền, một trạng thái vượt lên tâm. Cái thấy (*snang-ba*) khởi lên cùng lúc và không cố gắng vì sự tự nguyện của họ. Hoặc Yogin thực hành vỡ ánh sáng mặt trời, hay với bầu trời trong sáng trống không, hoặc hoàn toàn nhập thất trong bóng tối. Trong cách này không gian bên ngoài của bầu trời, ở đó *thig-le* và hiện tượng quang học khác xuất hiện và không gian bên trong của Giác Tánh trở nên hợp nhất. Vào lúc cuối, cái ấm đất bị đập bể và không có khác biệt giữa không gian bên trong ấm và không gian bên ngoài bao quanh nó. Mà hành giả phải hiểu hiện tượng quang học và cái thấy xuất hiện cùng lúc trong bầu trời chỉ là sự phóng chiếu vào không gian bên ngoài của ánh sáng nguyên thủy nội tại trong hành giả. Mục tiêu của thực hành Thodgal là hợp nhất với ánh sáng này. mặc dù nó có vẻ là một xuất hiện bên ngoài với cá nhân, lại thực sự là bên trong. Ánh sáng này tiêu biểu sự chiếu sáng trong suốt sẵn có (*rang dangs*) của Trạng thái Bốn nguyên, Thanh Tịnh Quang Nền của hành giả xuất hiện ở đây như Thanh Tịnh Quang của Đạo lộ.

Nhưng trước khi thực hành Thodgal đầu tiên hành giả phải tịnh hóa hai bậc chướng ngại và thành thạo trạng thái thiền qua thực hành Thekchod, buông lỏng hay cắt đứt tất cả căng thẳng và chấp cứng – nếu trước tiên không hoàn thành Thekchod như một điều kiện tiên quyết tuyệt đối cần thiết, thì thực hành Thodgal chỉ tốt hơn việc xem chiếu phim một ít. Mặc dù hành giả thực hành Thodgal không trong trạng thái ý thức thông thường mà trong trạng thái thiền, tuy nhiên, đó là nguy hiểm từng-hiện diện, hành giả sẽ bám chấp vào những cái thấy khởi lên. Trong trường hợp đó, cá nhân lại rơi vào thế giới mộng tưởng của Samsara, và một lần nữa bị giam hãm trong sự nhập thai. Ngay cả dù mục tiêu của Thodgal là nhận ra Thân Ánh Sáng cầu vồng (*'ja-lus*), khiến đưa cá nhân vượt khỏi Samsara, nó cũng là thực hành một chuẩn bị tuyệt vời cho kinh nghiệm sau khi chết trong Bardo, ở đó cái thấy xuất

hiện cùng lúc với ý thức vừa lìa khỏi xác của hành giả, cái thấy này là dấu vết của nghiệp quá khứ (*bag-chags*). Bị giam hãm một lần nữa trong mê cung của cái thấy này, hành giả tiếp tục tái sinh trong tương lai với một thân mới. Nhưng ở đây, hiện hữu khả năng có thể giải thoát bằng cách nhận ra Thanh Tịnh Quang của Trạng thái Bốn Nguyên của hành giả.

Dòng 31: Tương tự, khi hành giả nhận ra bản thể của chính mình (đó là, duy trì trong trạng thái thiền) sau đó, nó (Giác Tánh) không có bất kỳ nhị nguyên nào liên quan đến vô minh (được xem là sự vắng mặt của Tỉnh giác). Ví dụ, ngay cả một người đàn ông có thể gọi bằng nhiều tên từ nhiều hướng khác nhau, tuy nhiên ông ta sẽ vẫn đến (khi được gọi), và (những tên khác) này không vượt lên ý nghĩa duy nhất (đó là chính cá nhân ông ta).

Bằng việc duy trì trong trạng thái thiền (*rig-pa*), hành giả nhận ra bản thể của riêng mình (*rang gis nang ngo-shes-pas*), đó là tự thân Giác Tánh. Và trong lúc thực hành Thodgal, cái thấy Thig-le vv... khởi lên được nhận biết là sự xuất hiện hay phóng chiếu của bản tâm hành giả (*sems kyi snang-ba*). Nó giống như thấy mặt của hành giả phản chiếu trong gương và nhận ra nó là như vậy. Kế đó, Giác Tánh kinh nghiệm không có bất kỳ nhị nguyên nào của chủ thể và đối tượng, và điều kiện này là sự phân biệt quy ước với vô minh (*ma rig-pa*). Dưới hoàn cảnh bình thường của cuộc sống hàng ngày vô minh là kinh nghiệm như nghiệp kiến bất tịnh của Samsara. Tuy vậy, khi hành giả trong trạng thái thiền và nhận biết thật tánh của mình là Trạng thái Bốn Nguyên, thì không có sự phân biệt giữa kiến thanh tịnh (Nirvana) và kiến bất tịnh (Samsara). Gương phản chiếu bất cứ gì đặt trước nó; dù xấu hay đẹp, và sự phản chiếu đó không cách nào ảnh hưởng hay làm thay đổi tính chất gương. Trong cùng cách, bất cứ gì khởi lên trước bản tâm, dù kiến thanh tịnh của Nirvana hay nghiệp kiến bất tịnh của Samsara, điều kiện nguyên thủy của bản tâm vẫn không thay đổi. Chỉ có một Nền Nguyên Sơ này lại hiện hữu hai con đường kiến thanh tịnh của Nirvana trong ánh sáng của Rigpa và kiến bất tịnh của Samsara trong sự che khuất của vô minh. Và hai con đường này dẫn đến Quả: giác ngộ của một vị Phật và ảo tưởng của một chúng sanh bình thường. Nhưng một khi hành giả nhận ra Nền, có thể quan sát cả hai viễn cảnh công bình. Ngay cả nếu nghiệp kiến bất tịnh khởi lên, như trong trường hợp Sidpa Bardo, sự kiện này sẽ không cách nào cản trở, giới hạn hay làm nhiễm ô giải thoát nội tại tức thời của hành giả. Trong ý nghĩa này, hành giả có thể nói tỉnh giác và vô minh đều không có nhị nguyên (*ma rig-pa dang gnyis su med-pa*).

Trong trạng thái hiểu biết thực sự này, hành giả nhận ra khuôn mặt nguyên thủy (bản lai diện mục) hay thật tánh của mình (*rang ngo*), hành giả là sự hợp nhất, không chấp nhận hay khước từ bất cứ cái gì, với cái thấy cuối cùng xuất hiện trong thig-le. Trong Dzogchen không giống như trong Tantra, hành giả thiền định với đôi

mắt mở vì không có liên quan đến kiến thanh tịnh là tốt và kiến bất tịnh là xấu. Cả hai cái thấy này đều là phóng chiếu của tâm. Chúng cùng một hương vị (*ro gcig*) với bản tâm (*sems kyi snangba*). Và với tín tâm để thực hành tự giải thoát, không có vấn đề gì khởi lên trong cái thấy, dù cái thấy là thanh tịnh hay bất tịnh. Nhưng nếu tâm đã được tịnh hoá, kiến thanh tịnh của Phật tánh sẽ xuất hiện tự nhiên dễ dàng và không nỗ lực, vì chúng là cái vốn sẵn có trong tâm của tất cả chúng sanh nhưng hiện nay không hoạt động. Nó là di sản của hành giả đã sở hữu từ vô thủy. Chúng ta không cần kiếm cái thấy của thiên đường ở đâu khác. Chân lý có thể gọi bằng nhiều tên, nhưng không vượt lên ý nghĩa duy nhất (*don gcig las ma 'das-pa*).

Dòng 32: Trong trạng thái đơn độc (Giác Tánh nội tại tức thời) hành giả phát hiện trực tiếp rằng (tất cả cái thấy của trường ánh sáng cầu vồng vi tế v.v..) (trong thực tế) chính là sự tự-xuất hiện của hành giả.

Trong trạng thái đơn độc duy nhất của Rigpa, hành giả phát hiện cái thấy đều là sự tự-biểu hiện (*rang-snang gi thag-bcad*). Những cái thấy này khởi lên tự nhiên (lhun), và chúng hoàn toàn viên mãn (*rdzog*) đúng như chúng là, không cần sửa đổi hay đính chính (*ma bcos-pa*), vì chúng là sự biểu hiện của ánh sáng hay năng lượng sẵn có của trạng thái bản nguyên của chúng ta.

Dòng 33: Và trong trạng thái (tự) giải thoát này, hành giả không phát hiện bất kỳ nghi ngờ nào.

Dòng 34: (Trạng thái này) vốn sẵn giải thoát trong chính nó, vì Giác Tánh giải thoát bởi phương tiện của Giác Tánh [Tương tự, qua sự nhận thức (Giác Tánh) chỉ là trạng thái hiện hữu của hành giả, nên mọi sự hiểu biết đều giải thoát vào chính điều kiện (tự nhiên) của nó và điều này giống như gặp một người mà hành giả đã biết trước đó.

Giác Tánh giải thoát bởi Tánh Giác (*rig-pas rig-pa grol-ba*) nó là sự giải thoát sẵn có trong chính nó (*rang gi rang grol*). Vì hành giả hiểu và nhận ra nó như trạng thái của chính mình (*rang yin-par ngo-shes-pa*), hành giả hiểu mọi sự đều giải thoát vào điều kiện nguyên thủy của chính nó (*rtogs-pa thams-cad rang sar grol-ba*). Trước đây bản văn đã nói về những xuất hiện bên ngoài (*phyi snang*), nhưng ở đây nói về niệm tưởng bên trong của cá nhân (*nang rtog*). Chúng giải thoát tương tự như chúng khởi lên, giống như gặp một người đã từng biết trước đó (*sngar' dris kyi mi physis mthong-ba lta-bu*). (Về *gce-grol* và *shar-grol* xem phần tự luận của Patrul

Rinpoche. Điều kết thúc này liên quan đến trình bày thứ hai, cho hướng dẫn trên thực hành Thodgal của Con đường.)

TRÌNH BÀY THỨ BA

Dòng 35: Lòng tin của hành giả trở thành như một kho tàng chứa vô số của cải, là kinh nghiệm cụ thể cá nhân (của hành giả) liên quan đến hành giả (đó là về mặt bản thể của hành giả là tỉnh giác nội tại).

Xem xét Nền về mặt thanh tịnh nguyên thủy và Con Đường về mặt tự-viên mãn tự nhiên, bây giờ bản văn nói về Quả – Thanh Tịnh nguyên thủy và viên mãn tự nhiên xem xét ở đây về mặt không tách biệt của nó (*dbyer-med*). Lòng tin được nhận ra như kết quả của nhiều kinh nghiệm cá nhân cụ thể (*byan-tshud-pa*) ở đó hành giả có một trí huệ của thiền.

Dòng 36: [Tất cả hoạt động của niệm tưởng (tự) giải thoát vào điều kiện của riêng nó; điều này giống như một kho tàng (vĩ đại) dung chứa tất cả những gì hành giả mong ước.]

Dòng 37: Sau đó, khi có kinh nghiệm cụ thể liên quan đến cái khác (con người và sự vật bên ngoài), lòng tin của hành giả trở thành như một vị vua, một Chakravatin.

Đối với bản thân (*rang la*), hành giả phát triển một xác tín (*gdeng*) sanh ra từ những kinh nghiệm cá nhân cụ thể (*byan-tshud-pa*), và tất cả những động niệm bên trong (*'gyu-ba thams-cad*) đều giải thoát vào điều kiện nguyên thủy của riêng nó (*rang shar grol-ba*) là tánh Không. Và đối với người khác (*gzhan la*) đó là xuất hiện bên ngoài, hành giả trở thành như một Chakravatin hay Vua của vũ trụ (*'khor-lo brgyur-pa'i rgyal-po lta-bu'i gdeng*). Như một hoàng đế cai trị bốn đại châu lục, do đó chẳng sợ hãi bất kỳ người nào hay bất cứ thế lực nào bên ngoài ông ta. Đã thành thạo thiền, chúng ta có thể hợp nhất tất cả hiện hữu vào trạng thái đó, đây là Dzogchen. Trạng thái của “Đại Viên Mãn”.

Dòng 38: [(Có thể nói), trạng thái tỉnh giác lập tức trở thành biểu hiện thấy được (như cái thấy của mandala, vv...), và vì cái thấy này không do bất kỳ điều gì

khác tạo ra (Giác Tánh nội tại của hành giả giống như (một Chakravatin) người đem tất cả mọi thứ vào bốn châu lục dưới quyền của ông ta.)

Tánh Giác bên trong của hành giả, trở thành biểu hiện thấy được (*rig-pa mngon-sum snang-ba*) trong không gian, trước tiên như hiện tượng ánh sáng và sau đó như cái thấy, và đó là tất cả sự tự-xuất hiện (*rang-snang*). Chúng không do bất cứ gì khác tạo tác (*gzhan gyis man sgrub-pas*) bên ngoài bản thân chúng. Với nhận thức này hành giả đến gần giai đoạn cuối cùng của cái thấy.

Dòng 39: Ngoài ra (Giác Tánh nội tại của hành giả) có khả năng đem ngay cả những nguyên tố vật chất dưới năng lực của nó; [và khi hành giả đi đến giải thoát bằng nguyên nhân của điều kiện này (nhận ra Thân Ánh Sáng) hành giả không còn lệ thuộc vào bất kỳ năng lực nào khác.]

Bây giờ bản văn tham khảo đến Quả, Thân Ánh Sáng, tiêu biểu kết quả về bốn giai đoạn của cái thấy đã liệt kê trên. Về mặt tiến trình này, Rigpa có khả năng đem ngay cả những nguyên tố vật chất vào dưới năng lực của nó (*'byung-ba la bang-bsgyur nus-pa*), và vì hành giả giải thoát bởi nguyên nhân của điều kiện này (*rkyen gyis grol-ba*), không lệ thuộc vào bất kỳ năng lực nào khác (*dbang-po gzhan la rug ma lus-pa*) cho sự nhận ra Quả, đó là Thân Ánh Sáng. Tại sao là Thân Ánh Sáng này? Vì sự giác ngộ của một vị Phật không chỉ có nghĩa nhận ra trí huệ hoàn toàn (phạn – prajna) và thực tại tối hậu của trạng thái Không tánh (phạn – shunyata), mà nó có nghĩa tương đương với sự nhận ra hay biểu hiện của lòng bi (phạn – karuna) và phương tiện thiện xảo (phạn – upaya). Thế nên, Phật tánh không chỉ im lìm và thụ động, mà có phần linh hoạt với những hoạt động của Đức Phật, sự biểu hiện của lòng bi phổ quát và vô tận. Về mặt tánh Không, đó là Dharmakaya, nhưng về mặt lòng bi đó là Rupakaya. Cả hai “Thân” hay quy mô, Pháp Thân và Sắc Thân cùng nổi lên trong Bodhi, trạng thái của giác ngộ. Hệ thống Sutra mô tả sự nhận ra Rupakaya ra sao qua giai đoạn ba vô lượng Kalpas bằng con đường trau dồi hoàn thiện (sáu ba la mật) rộng lượng, tinh tấn, kiên nhẫn, trì giới và thiền định. Hệ thống Tantra mô tả sự nhận ra Rupakaya ra sao qua con đường thực hành tiến trình Phát sanh (phạn – utpattikrama) và tiến trình hoàn thiện (phạn – sampannakrama) đặc biệt là sự tịnh hoá Huyền Thân (*sgyu-lus*). Dzogchen mô tả tiến trình đạt được Rupakaya bằng cách nhận ra Thân Ánh Sáng Cầu Vòng. Thân Ánh Sáng này như một biểu hiện của Nirmanakaya để đánh lừa chúng sanh vẫn bị giam hãm trong Samsara và cần hướng dẫn, khai thị trên con đường giải thoát. Sự kết thúc của Thekchod là phát hiện Dharmakaya, nhưng sự kết thúc của Thodgal là nhận ra Rupakaya như Thân Ánh Sáng.

Bằng phương tiện của thực hành Thodgal, hành giả đạt được việc kiểm soát và điều khiển năng lượng của năm nguyên tố, vì hành giả thoát khỏi những nguyên

nhân phụ (*rkyen gyis rkyen grol-ba*). Tiến trình đã được mô tả ở trên. Chúng giống như việc nhận ra sự phản chiếu (hay nhận thức) của chính chúng trong gương. Ở đây việc nhận biết của những nguyên tố nhận ra chính chúng như sự xuất hiện và tan biến trở lại vào điều kiện nguyên thủy trống không của chúng. Tiến trình này được biết là sự Đảo Ngược (*ru-log*). Những nguyên tố vật chất thô của hành giả (là cách biểu hiện thực tế của năng lượng, dù có vẻ vững chắc, chất hơi, chất lỏng...) được tinh lọc một cách phát triển và tan biến lại vào những nguyên tố tinh túy vi tế là ánh sáng có màu sắc trong suốt. Nhận ra Thân Ánh Sáng, vị Siddha hay người Thành Tựu duy trì chủ động về mặt lòng Bi và có thể tiếp tục xuất hiện trong thế giới Cảm Giác đến những chúng sanh để dạy và hướng dẫn họ đến giải thoát và giác ngộ, nhưng vị Siddha không còn sống dưới sự chuyên chế của Samsara. Mặc dù vị Siddha có thể xuất hiện cho người khác thấy được, họ đã vượt lên hiện hữu vật chất trong từng khía cạnh, hoặc vào lúc cận tử hay thậm chí trong khi vẫn sống – trong ý nghĩa này, hành giả đã “thăng hoa”; trái lại, trong vấn đề không gian, hành giả hoàn toàn thật sự không đi bất cứ đâu, mà chỉ còn lại sự tái phát hiện trọng tâm nguyên thủy của hiện hữu.

Dòng 40: Và có một kinh nghiệm cụ thể với niềm tin vào trạng thái giải thoát, lòng tin của hành giả như hư không tan biến vào hư không.

Khi một Siddha như Tổ Garab Dorje, đạt được Thân Ánh Sáng, xuất hiện như thể thân vật chất tan biến vào không gian vô tận của bầu trời, hay tan biến vào năng lượng chói sáng thanh tịnh, ánh sáng của cầu vồng. Vật chất chuyển hóa thành năng lượng, và năng lượng chói sáng này duy trì Thừa của Giác Tánh. Cầu vồng là biểu tượng của cây cầu nối liền trời và đất. Theo thần thoại Tây Tạng, vào thời xưa của vị vua đầu tiên, khi chết họ lên lại cõi trời (*dmu*) bằng cách hoà tan thân vật chất của họ vào một dây cầu vồng (*dmu thag*) dính vào đỉnh đầu họ. Vì vậy, họ không để thân vật chất hay dấu vết lại trên thế gian. Chỉ khi sự nối kết với cõi trời này trở nên khó khăn, nên cần phải xây mộ cho thân xác của vị vua chết. Tuy nhiên, Siddha không thật sự đi lên trong ý nghĩa vật chất tới những cõi trời xa hơn, mà đơn giản chỉ trở lại trọng tâm của họ đang là, tức trạng thái nguyên sơ. Vị Siddha sống trong điều kiện của gương hơn là trong sự phản chiếu của những ảo tưởng thế gian.

Dòng 41: [(Có thể nói) hành giả tự giải thoát vào điều kiện nguyên thủy của chính mình, vào Dharmata thanh tịnh, tinh khiết nguyên sơ (tính chất của thực tại tối hậu), và thật ra điều đó giống như hư không hòa tan trong hư không hay mây tan trong bầu trời.]

Có một kinh nghiệm cụ thể của trạng thái giải thoát (*grol-sa*), tự tin của hành giả giống như hư không tan biến vào hư không (*mkha' la mkha' thim-pa lta-bu'i*

gdeng). Trong tiến trình nhận ra Thân Ánh Sáng, hành giả tự-giải thoát vào điều kiện nguyên thủy của chính mình (*rang sar grol-ba*), là trạng thái của Dharmata thanh tịnh thuần khiết nguyên sơ (*chos nyid ka-dag dri-ma med-pa la*). Hành giả giải thoát thân hiện hữu của mình vào hư không như trong thực hành của con đường, để cho bất kỳ niệm tưởng hay xuất hiện nào khởi lên đều tự giải thoát. Đây là kết quả của thực hành Thodgal và nhận biết qua việc vượt lên bốn giai đoạn, được biết như sự trọn vẹn của Thực Tại (*chos nyid zad-pa'i snang-ba*). Hành giả giải thoát vào trạng thái thanh tịnh bốn nhiên này, giống như hư không tan biến vào hư không, hay như mây tan trong bầu trời (*nam-mkha' la nam-mkha' thim-pa' am nam-mkha' la sprim denges-pa lta-bu*).

Dòng 42: (Tất cả mọi sự, tất cả chiều kích của hành giả) đều tự-giải thoát trực tiếp vào trạng thái của riêng nó.

Dòng 43: [Có thể nói, tất cả mọi sự đều tự-giải thoát bởi chính nó và điều này giống như đá đập bể đá, dùng sắt tột sắt, hay dùng dơ rửa dơ.]

Dòng 44: Trong trạng thái độc nhất này (của Tỉnh giác lập tức, tất cả mọi sự) đều giải thoát vào cái Một này (hiểu được trạng thái tỉnh giác nội tại tức thời).

Dòng 45: [Và điều này giống như lấy lửa từ lửa (khác), hay chuyển nước thành nước, hoặc như thêm bơ (chảy) vào bơ.]

Dòng 46: Thế nên, Mẹ và Con trở nên tái hợp nhất.

Dòng 47: [Vì (nguyên thủy là) Mẹ của bản thân hành giả là chính nó (và không gì khác, tồn tại trong trạng thái hiện hữu của riêng nó, và điều này là tánh Không; và vì vậy (sự hiện diện của cá nhân hay) Giác Tánh tan biến (trở nên hợp nhất) vào tự thân cái thấy.]

Tất cả chiều kích của hành giả đều tự-giải thoát trực tiếp (*rang thog tu rang-grol*); nó tự-giải thoát bởi chính nó (*rang rang gris grol*). Nó tự-giải thoát vào trạng thái duy nhất (*gcig grol*) của Rigpa. Thế nên, Mẹ là trạng thái bốn nguyên và Con là trí huệ hay gnosis (*ye-shes*) hợp nhất không thể tách biệt, không có bất kỳ nhị nguyên nào (*ma bu gnyis sbyor-ba*). Vì, nguyên thủy, là Mẹ (*ma*) đơn giản tồn tại trong trạng thái hiện hữu riêng nó (*rang gi ma rang yin-pas*), đây là trạng thái Vajra tánh Không, tánh không tự nó giải thoát bằng con đường của tánh không (*stong-pas stong-pa grol-bas*) và vì vậy, cá nhân Giác Tánh tan biến, đó là trở thành hợp nhất

vào cái thấy (*rig-pa snang-bu la thim-pa*). Cảm giác hiện diện và thực tại của hành giả tan biến và hợp nhất có thể thấy được bên trong *thig-le*, hay trường ánh sáng cầu vồng, một cái thấy của Đức Phật và mandala hay chiều kích của Phật tánh. Điều này giống như nhìn sự phản chiếu của hành giả trong gương, và đột nhiên thấy mình không nhìn thấy sự phản chiếu trong gương mà là đang ở trong gương nhìn ra ngoài. Hành giả trở thành gương-Mẹ và gương Con, sự phản chiếu hòa nhập thành một. Hành giả trở thành cái thấy thanh tịnh của Phật tánh này, thực tế chính là biểu hiện của hành giả không phải điều gì đó bên ngoài bản thân hành giả. Bây giờ hành giả ở trung tâm không phải ở ngoại biên. Người Mẹ chính là bà ấy (*rang yin-pa*) và không ai khác. Trạng thái bốn nguyên chính là trạng thái nguyên sơ và không bao giờ là cái gì khác từ vô thủy. Trạng Thái Bốn Nguyên (Mẹ) và cảm giác hiện tại của cá nhân hành giả (Con) hợp nhất (*ma bu gnyis sbyor-ba*), nhận ra chúng không phải là hai. Điều này hoàn toàn khác với kinh nghiệm huyền bí về ánh sáng (*gsal-ba'i nyams*) hay sự trống rỗng và mất sở thích cá nhân (*mi rtog-pa'i nyams*) chỉ là tiêu biểu một thay đổi ý thức tạm thời. Ở đây cảm giác hiện tại của cá nhân hành giả hợp nhất vào toàn thể khía cạnh của Phật tánh nguyên sơ.

Hình ảnh hào quang tự-khởi lên và tự-xuất hiện (*rang shar rang snang*), hay Phật và mandala xuất hiện trong thigle trong không gian phía trước hành giả, thực ra là một phóng xuất ánh sáng nội tại rực rỡ an trú trong tim hành giả. Cảm giác cá nhân về hiện tại của hành giả hợp nhất với cái thấy và thấy tự nó hoàn toàn trong cái thấy đó, nguyên nghĩa là tự thân cái thấy. Thân vật chất của hành giả mất sự hỗ trợ của nó, không thể kéo dài bằng năng lực của ý thức, nên nó mờ dần và tan vào hư không. Cả hai thân Phật và thân vật chất của hành giả đều lưu xuất từ Trạng Thái Bốn Nguyên. Nhưng trái lại, cái sau là sản phẩm của những dấu vết nghiệp quá khứ (*bag-chags*) và nghiệp kiến bất tịnh (*la snang*), cái trước là biểu hiện tự phát của Giác Tánh phi chướng ngại của hành giả. Hành giả biểu hiện kiến thanh tịnh của khía cạnh Phật tánh, và thân vật chất giới hạn thật sự của hành giả, điều kiện hoá bởi nghiệp quá khứ mà bây giờ đã tiêu hao, mờ nhạt đi. Hành giả thấy chính mình trong một thân ánh sáng tự phát viên mãn, Rupakaya đang quan sát sự tan biến thân vật chất trước đây của hành giả.

Rigpa hợp nhất vào kiến thanh tịnh trong không gian phía trước hành giả và trở thành cái thấy đó. Hành giả trở thành một Thân Cầu Vồng, ánh sáng mà không có bóng. Điều này, mặc dù tuyên bố của Jung ngược lại, xảy ra vì sự ngăn che của bóng tối (*sgrib-pa*) từ quá khứ xa xưa, bị tiêu hao trong quá trình tịnh hóa bằng cách thực hành thiền. Nguyên nhân ngăn che bị loại ra, không còn sự che chướng nào khởi lên làm giới hạn hay bóp méo Giác Tánh. Hành giả thấy chính mình trong trạng thái tỉnh giác toàn khắp- điều này có nghĩa là “toàn giác”. Thân Ánh Sáng tiêu biểu một chuyển hoá hoàn toàn và triệt để của trạng thái tồn tại của hành giả, một tái phát hiện cái hiện tiền bốn nguyên và điều kiện này là thường xuyên (thường). Nó là tự thân Giác Tánh (*rig-pa nyid*) và không lệ thuộc vào cái gì khác. Điều này có thể so

sánh với những ý niệm của Công giáo về sự biến hình (hiện lên), phục sinh và sự thăng thiên; nhưng trong trường hợp của Dzogchen, phương pháp luận của sự thành tựu này, cụ thể là sự nhận ra Thân Ánh Sáng như thế nào được giới thiệu bởi những thuật ngữ chính xác. Trong lịch sử hiện hữu nhiều thí dụ thành tựu hoàn toàn về tiến trình này. Thậm chí trong những năm gần đây, có một số Lama Tây Tạng, cả Đạo Phật và Bonpo đã đạt được thân cầu vòng (*'ja-lus-pa*) vào lúc cuối đời họ, và đã được một số quan chức Cộng sản Trung Quốc chứng kiến.

Nói chung, có thể xảy ra ba cách khác nhau trong tiến trình này:

1- Đạt được Thân Cầu Vòng (*'ja-lus*) vào lúc chết bằng phương tiện thực hành Thekchod. Thân vật chất của hành giả thanh tịnh hoà tan vào cấu trúc hạ nguyên tử của nó và trở thành năng lượng ánh sáng rực rỡ chỉ còn lại tóc và móng tay. Thông thường tiến trình chiếm bảy ngày trong thời gian đó thân thu nhỏ kích thước lại .

2- Nhận biết Thân Ánh Sáng (*'od-lus*) vào lúc chết bằng phương tiện thực hành Thodgal, như trong trường hợp Garab Dorje đã mô tả ở trên.

3- Đại chuyển di (*'pho-ba chen-po*) thành tựu cũng do con đường của Thodgal, nhưng ở đây không cần đi qua tiến trình chết, Padmashambhava

Vimalamitra, và Tổ Bonpo Tapihritsa là tất cả ví dụ, theo truyền thống là những cá nhân vị tổ đã nhận ra đại chuyển di.

Dòng 48: Khi hành giả nhận ra trạng thái bản nhiên của mình (như Giác Tánh nội tại), hành giả được giới thiệu (trực tiếp) vào Nền (của tất cả hiện hữu).

Dòng 49: (Có thể nói) hành giả biết (hay nhận ra) nó (cái thấy trong trường ánh sáng cầu vòng) là sự tự-biểu hiện của bản thân hành giả [và điều này giống như thấy khuôn mặt mình phản chiếu trong gương (*me-long nang du dzin mthong-ba lta-bu*)

Dòng 50: Và vì [niềm tin] đó (khi hành giả được giới thiệu trực tiếp vào Nền Tảng của sự hiện hữu) (trạng thái) này giống như sự gặp gỡ giữa mẹ và con, và hành giả nhận ra điều này là trạng thái giải thoát độc nhất.

Dòng 51: Vì (cái thấy) trực tiếp tự-giải thoát bởi chính nó (vào trạng thái riêng nó), cái thấy (hay hiện tượng) là tánh không [và (phẩm chất trong sáng rõ ràng của nó được nhận ra là không gì khác hơn chính bản thân hành giả) trạng thái tỉnh giác lập tức.]

Sự gặp gỡ xảy ra giữa Mẹ và Con (*ma dang bu phrad-pa*), và hành giả nhận thức điều này là trạng thái giải thoát duy nhất (*grol sa gcig-po yin-par ngo-shes*). Giải thoát trực tiếp bởi chính nó vào điều kiện riêng nó (*rang gi rang thog tu grol-bas*), tự thân cái thấy là tánh không (*snang-ba stong-pa*), là không có thực, và phẩm tính trong sáng rõ ràng của nó được nhận ra là Rigpa hay Giác Tánh (*gsal-ba rig-par ngo-shes-pa*).

Dòng 52: Khi (cái thấy hay hiện tượng) được biết (hay nhận thức) là sự tự giải thoát bởi chính nó, hành giả phát hiện rằng nó đã tiêu biểu cho vô minh ngay từ khởi thủy.

Dòng 53: [(Có thể nói) Samsara được biết (hay nhận thức) trong bản thân nó, và với niềm tin vào sự vượt lên của nó, hành giả biết (hay nhận thức) nó là sự vượt lên, vậy (tự thân) vô minh là sự tự-giải thoát.]

Khi cái thấy khởi lên và nhận thức như sự tự-giải thoát bởi chính nó (*rang gis rang grol-bar shes-pa*), hành giả phát hiện hay xác định dứt khoát sự khởi lên này tiêu biểu một trạng thái vô minh ngay từ khởi thủy (*thog-ma ma rig-pa nyid la thag-bcad-pa*). Hai dạng vô minh được phân biệt như sau:

1. Vô minh sinh khởi tự phát (*lhan-skyes ma rig-pa*) là sự tồn tại hay sẵn có trong chính tính chất của hiện hữu, nó tiêu biểu nền tảng phân hai của chủ thể và đối tượng, và có thể nói là “sự sai lầm nguyên sơ”, và

2. Vô minh do khái niệm hóa mọi sự (*kun brtag ma rig-pa*) là hoạt động mê lầm của tâm, tạo ra những khái niệm về tính chất của thực tại.

Loại vô minh thứ hai được tiêu diệt bởi tiến trình tịnh hóa của con đường nhưng loại thứ nhất là sai lầm gốc rễ trong tính chất vì thế khó nhổ tận gốc hơn, vì tập khí tồn tại trong chúng ta ngay từ khởi thủy.

Samsara nhận ra chính nó bởi tự nó (*'khor-ba rang gis shes-pa*) đó là, nó khởi lên như tánh Giác và tự-giải thoát. Điều này giống như tâm nhận biết tự thân nó là tâm, hay trong lúc ngủ hành giả nhận biết mình đang nằm mơ. Đối với Nirvana hay sự vượt thoát Samsara, hành giả nhận ra Samsara là sự vượt thoát (*'khor-ba la 'das-par shes-pa*). Samsara và Nirvana được nhận ra trong tính chất hay tinh túy của chúng, cả hai đều trống không và không có tự tánh hay không có thực tại. Sự khác nhau là: trạng thái Nirvana là tỉnh giác nhận biết tính chất của thực tại, trái lại trạng thái Samsara là vô minh không tỉnh thức, không biết bản chất của thực tại nhưng trí huệ hay gnosis này không là một kết luận xuất phát qua phân tích triết học hay nguyên nhân, cũng không bởi sự quen thuộc, nó là trạng thái đang là. Nhận biết là hiện hữu. Thực sự nhận biết Phật Tánh là Phật hiện hữu. Do đó gnosis là trí huệ giải thoát đó. Một hiện tượng xuất hiện về mặt nghiệp kiến của hành giả là một biểu hiện vô minh, một xuất hiện huyền hay mê lầm (*'khrul snang*). Nhưng nếu điều này

được nhận biết (*ngo-shes-pa*), sau đó để nó tự-giải thoát không do tâm hay tiến trình tư duy can thiệp (*Samsara*), và vì vậy, hành giả nói *Samsara* tự nhận ra nó và tự-giải thoát. Cũng giống như sự phản chiếu được nhận ra chúng là sự phản chiếu. Hiện tượng tan biến trở lại vào trạng thái tánh không, ngoài nơi nó khởi lên đầu tiên. Trong cách này *Samsara* vượt lên bản thân nó, và vô minh tự-giải thoát (*ma rig-pa rang grol yin*).

Dòng 54: Và vì điều đó [ví dụ thực tế giống như] dùng dơ để rửa dơ.

Dòng 55: [Và vì (phát hiện) thực nghĩa của trạng thái hiện hữu của hành giả] những niệm lan man giải thoát bởi chính chúng (tự nhiên) và hành giả phát hiện mình không lệ thuộc với bất kỳ giải độc nào khác.

Trái với điều bản văn nói trước đó về những biểu hiện (*phyi snang*) hay cái thấy bên ngoài để chúng tự-giải thoát; bây giờ nói về niệm tưởng bên trong (*nang rtog*) khởi lên trong tâm thức hã để chúng tương tự như trên. Về mặt xác minh thực nghĩa về trạng thái hiện hữu của hành giả (*don rang yin-pa'i phyir*) là *Rigpa*, những niệm lan man tự-giải thoát như chúng khởi lên; và hành giả phát hiện mình không lệ thuộc vào bất kỳ giải độc nào khác (*gnyen-po gzhan la rag ma lus-par thags-bcad*).

Dòng 56: Khi (niệm lan man) giải thoát vào Nền của chính nó, hành giả tiếp tục (trong trạng thái tỉnh giác hiện tiền lập tức) bất cứ đâu với sự tự tin.

Dòng 57: [Điều này giống như rót nước vào nước, hay rót bơ (chảy) vào bơ.]

Dòng 58: Và vì (tiếp tục tự tin ở bất cứ đâu) trạng thái này giống như con rắn cuộn tròn tự mình mở ra (không gắng sức)

Ở đây chúng ta thấy việc mô tả nguyên lý căn bản của trình bày thứ ba. Khi niệm tưởng (*rnam-rtog*) giải thoát vào trạng thái Nền (*gzhi nyid las grol-bas*) hành giả sống bất cứ đâu và kinh nghiệm với sự tự tin (*gdeng gang yin tu bca'-ba*) trong sự giải thoát của nó.

Dòng 59: Nhưng một tỉnh giác tìm ở chỗ khác [khi nó giải thoát trực tiếp bởi chính nó, trạng thái hiện diện lập tức này là tự-duy trì] (sau khi tìm không thấy cái muốn tìm) sẽ rơi vào thất bại.

Dòng 60: Và vì lý do này, tiếp tục trực tiếp trong Nền đó là trạng thái của chính hành giả (Giác Tánh nội tại tức thời) là sự xem xét chủ yếu.

Tìm kiếm Giác Tánh nội tại ở chỗ khác ngoài chính nó (*gzhan ltos gyi rig-pa*) đó là chạy theo niệm tưởng và trở nên xao lãng tiêu biểu một lệch hướng (*gol-sa*), mất thăng bằng và xa rời trọng tâm. Do vậy hành giả sẽ rơi vào thất bại (*tshi-chad-pa*) và không tìm thấy giải thoát từ Samsara. Nhưng khi để tất cả mọi sự tự-giải thoát (*rang gis thog tu grol-bas*) Rigpa tự-duy trì hay tự-an trụ (*rig-pa rang gnas*) và không có lệch hướng hay xa rời trọng tâm. Trạng thái thiền này tiếp tục trực tiếp trong Nền, là thực hành chủ yếu (*dnegos-gzhi rang thog tu gzhi bca'-ba*). Trình bày thứ ba kết thúc ở đây, liên quan đến Quả – sự nhận ra Thân Ánh Sáng.

PHẦN KẾT

Dòng 61: Vào lúc Tổ Garab Dorje (*prahevajra*) hiển bày phương pháp giúp hoàn toàn vượt thoát đau khổ của Samsara.

Dòng 62: Manjushrimitra ngã bất tỉnh trên đất, Ngài than khóc: “ôi, than ôi”.

Dòng 63: Sau đó, Vetalakshema (*Garab Dorje*), từ giữa vùng ánh sáng (trường ánh sáng cầu vồng treo lơ lửng trên bầu trời) xuất hiện tướng biểu tượng của Ngài.

Prahevajra hay Garab Dorje (*dGa-rab rdo-rje*) có một số tên, một trong những tên là Vetalakshema (*Ro-langs bde-ba*) “kẻ bóc lột hạnh phúc”, về việc tại sao có tên này, xem tiểu sử ở phần hai. Hoà tan thân vật chất của Ngài vào hư không, Garab Dorje tái xuất hiện trong bầu trời như một Thân Ánh Sáng vinh quang bên trong khối cầu của ánh sáng cầu vồng (*thig-le*). Điều này gọi là thân biểu tượng của Ngài (*phyag-rgya*, phạn *mudra*).

Dòng 64: Vì lợi ích tạo cảm hứng [trong Manjushrimitra] đã ngã bất tỉnh trước đó, ba trình bày đánh vào những điểm trọng yếu (cho sự giải thoát tối hậu của cá nhân) được chứa trong bản chúc thư bí mật này (được vị thầy hiển bày).

Dòng 65: (Chúc thư cuối) này rơi xuống (từ hư không) vào lòng tay phải của (Manjushrimitra), nó được viết bằng mực có màu xanh da trời.

Dòng 66: Và (bản văn) được đặt trong một ống nhỏ bằng ngón tay cái để bên trong một tráp pha lê quý.

Dòng 67: Nhờ đó, Manjushrimitra đã giải thoát từ cơn ngất.

Dòng 68: Và Ngài sở hữu sự xác tín của trí huệ vững chắc.

Dòng 69: Vì vậy, (Upadesha này) được cất dấu trong mandala của tâm Ngài [và bí mật giữ ở đó vì người khác].

Dòng 70: Và tinh túy của trao truyền ba trình bày này là giáo lý khẩu truyền được tiếp nhận vào lúc chết (của thầy ngài) trở nên sáng ngời và chói ngợp (trong tâm ngài).

Ba trình bày được viết bằng mực màu xanh da trời (*mthing-kha zhun-mas*, phạn *vaidurya*) trên giấy vàng (*shog ser*). Giấy này đặt trong một ống bằng ngón tay cái và để trong một tráp pha lê quý (*rin-po-che shel gyi za-ma-tog sen gang-ba cig snod du bab-pa*). Sau đó, vị thầy mô tả tỉ mỉ ba trình bày này bằng miệng.

Dòng 71: Trong thực nghĩa phô bày của quan điểm (Kiến của Dzogchen) quý như vàng.

Dòng 72: (Sự kiện) này xảy ra tại sân lò thiêu lớn của Shitavana

Sân lò thiêu Shitavana (*bSil-ba'i tshal*) “rừng lạnh” bây giờ, được Kolashi người Tây Tạng nhận ra gần Vajrasana, Bồ Đề Đạo Tràng hiện nay.

Dòng 73: Hướng dẫn bí mật thiêng liêng này, thấy xuất hiện ở nguồn sông Dan-tig.

Dòng 74: Là con đường thực sự đem giải thoát (những đau khổ của Samsara) cho tất cả chúng sanh.

Dòng 75: Upadesha này, tạo ra một giải thoát tức thời vào trường (thanh tịnh) của chư Phật, được kết thúc ở đây.

Một lần nữa nhắc đến kết quả của thực hành Thodgal. Việc dịch nghĩa bản văn “chức thư cuối của Garab Dorje” được biết là “Ba Trình Bày Đánh Vào Những Điểm Trọng Yếu” được kết thúc ở đây cũng như phần soạn thảo chú thích luận giảng bởi dịch giả Vajranatha.

SARVA MANGALAM

PHẦN HAI

CUỘC ĐỜI CỦA GARAB DORJE và GURU SADHANA

Giới thiệu của dịch giả

Đây là bản dịch giới thiệu một trong những bản viết tiểu sử Garab Dorje xưa nhất còn tồn tại. Nó được thấy trong *Lo-rgyus chen-mo* (Đại lịch sử) của Zhangton Tashi Dorje (*Zhang-ston bKra-shis rdo-rje 1097 – 1167*), một bản tường thuật lại ngắn hơn tìm thấy trong *rNying-ma'i chos-byung* (lịch sử của phái Nyingmapa) do Dujom Rinpoche (*bDud-'joms 'Jigs-bral ye-shes rdo-rje, 1904 – 1987*) [1]. Cùng chủ đề này bản thân Dudjom Rinpoche đã cho xuất hiện phần lớn những tài liệu của Ngài. Tựa đề đầy đủ của bản văn đọc là *rDzog-pa chen-po snying-thig gi lo-rgyus chen-mo*, tuy nhiên tên tác giả không ghi ở cuối sách [2]. Bản văn này chứa trong bộ sưu tập *Bi-ma snying-thig* của Longchen Rabjampa (*kLong-chen Rab-byam-pa, Drimed Od-zer, 1308 – 1363*) [3]. Bản văn được xem như một *Terma*, và có chiasm câu thông dụng của *Terma*. *Das-rjes* là một phần được dịch trong phần Một, thấy trong cùng bộ sưu tập của *snying-thig* hay bản văn Upadesha (*man-ngag gi sde*) xuất phát từ truyền thống bắt nguồn cơ bản từ Vimalamitra ở thế kỷ thứ VIII, vì vậy tên của bản văn sưu tập này là: *Bi-ma snying-thig* (Tinh túy tâm của Vimalamitra). *Das-rje* này chứa những chúc thư cuối của Garab Dorje, Manjushrimitra, Shrisimha, Jnanasutra và Vimalamitra tạo thành trái tim hay xương sống thực sự của *Bi-ma snying-thig* [4]. Vậy, đánh giá sự nghiệp trần gian của Garab Dorje chúng ta thấy một truyền thống xuất phát từ trước thời kỳ Longchenpa trong thế kỷ XIV trở lui lại tối thiểu khoảng thế kỷ thứ X.

Bản tiểu sử các Thánh trong *Lo-rgyus chen-mo* này bao gồm một số lượng lớn hình tượng, và biểu trưng về đặc tính những Tantra của Mahayoga hơn là Dzogchen, có thể nói, hình ảnh khủng khiếp ở sân lò thiêu đầy những xác người thối rữa, thú hoang, quỷ thần nguy hiểm của thế gian như Bhaivara, và những Dakini ăn thịt. Mặt trăng và những biểu tượng cư trú liên quan đến ban đêm về mặt ý thức con người, một tích tụ tâm linh vô thức, và những cái thấy này nhắc lại những tưởng tượng thời trung cổ của Witches Sabbat ở Châu Âu [5]. Nó là một thế giới phù phép và biến hóa, nó là một phản ảnh chính xác thế giới tâm linh của cấp cao hơn hay Anuttara Tantra, bao gồm Mahayog Tantra, ngoài Dzogchen Atiyoga nổi lên như một hoạt

động tách biệt ở Tây Tạng. Vấn đề nguồn gốc lịch sử của Dzogchen được xem xét dưới đây.

CUỘC ĐỜI CỦA GARAB DORJE

Từ Lo-rgyus chen-mo

Sau khi Phật nhập Niết Bàn khoảng ba trăm sáu mươi năm [1], trong vùng Dhanakosha thuộc đất nước Uddiyana, nằm về hướng Tây từ Vajrasana [2], là một vùng đất bao quanh bởi những cây gỗ đàn hương, cư trú những sinh linh được biết là Koshana. Thân họ là thân người, nhưng có mặt beo và móng vuốt bằng sắt. Ngoài ra trong nội tạng của họ chứa đầy những châu ngọc quý báu [3]. Nơi này gọi là vùng Dhamakosha vì, dha ám chỉ vùng có những cây gỗ đàn hương. Ngoài ra có một ngôi đền lớn gọi là Mangala Shankarakuta (*bKra-shibde-byed brtsegs-pa*) và được bao quanh mọi hướng bởi 1608 ngôi đền nhỏ hơn, tất cả được kết nối với nhau bởi những sợi dây gắn những chuông nhỏ bằng vàng tạo thành một mạng lưới những tiếng chuông leng keng. Đàn ông rất đẹp trai và quyến rũ có thân tướng tuyệt vời và tứ chi tương xứng. Tóc họ dài và kết búi trên đỉnh đầu trang sức bằng vàng, bạc, ngọc lục bảo vv... Quần áo họ gồm nhiều loại áo choàng khác nhau bằng sợi đỏ và trắng. Phụ nữ có tóc dài kết búi trước và sau đầu, thân họ trang sức bằng những vỏ sò và xương khác nhau.

Trong nước đó có một vị vua tên Uparaja (*rGyal-po U-pa-ra-dza*) [4] và phối ngẫu là Abhasvaravati (*snang-ba gsal-ba'i 'od-ldan-ma*), sinh được một con gái tên là Kudharma [5]. Sau khi thọ giới nguyện của Pravrajya không lâu, cô thọ giới Upasampada và trở thành một Bikshuni (Tỳ kheo ni) [6].

Sau đó, cách tu viện về hướng Tây một yojana (do tuần), có một hồ trong đó có một đảo bao phủ bởi cát vàng. Cô dựng một lều cỏ ở đây, và sống chỉ với một người tùy tùng nữ, một Dakini tên Sukhakarunavati (*bDe-ba'i snying-rje ldan-ma*). Một đêm nọ, công chúa cư trú trên đảo thực hiện việc thực hành sùng kính, [7] một người đàn ông trắng xuất hiện, cầm một cây giáo làm bằng pha lê quý và trên đỉnh đầu của ông có một bình pha lê gắn những chữ OM AH HUM SVAHA như chỉ ra biểu tượng quyền năng của năm gia đình Phật [8]. Kế đó ông dùng bình chạm nhẹ lên đỉnh đầu cô ba lần, và khi những tia sáng chiếu ra từ bình, cô mơ thấy cô có thể thấy rõ ràng tất cả mọi sự cùng lúc trong Tam Giới.

Sau đó, vào buổi sáng cô rất ngạc nhiên bởi giấc mộng, đến trưa cô kể lại cho người hầu gái. Cô hầu gái trả lời “Đó là một điềm báo một Nirmanakaya sẽ do công

chúa sanh ra. Nhận ra điều này vì cô hầu trong thực tế là Dakini có tên Purnopashanti (*Pu-rna nye-bar zhi-ba*).

Nhưng công chúa tự nghĩ “làm sao có thể như thế được?” và tự hỏi nhiều lần. Sau đó thân công chúa bắt đầu thấy khó chịu và gia tăng đau đớn. Cuối cùng sau chín tháng, trong tháng thứ 10 một bé trai không cha sanh ra từ cạnh sườn phải của cô. Vị Bikshuni rất xấu hổ về việc sinh nở (đứa con hoang này), cô thốt lên nhiều câu kệ than van:

Đứa con không cha của tôi không xuất phát từ giao hợp thế gian.

Sở hữu một ước muốn cho tôi trong tất cả Tam Giới

Trong số những dòng giống thế gian Maras và Brahmas

Hay Gyalpo, Tsen và dMu?

Nếu thực sự đây là một ví dụ sinh ra

Của những hình tướng Deva và Asura khác nhau

Không ai có thể thấy

Người trong vương quốc này có thể nào không có Giáo Pháp?

Ôi, than ôi !

Tôi chỉ mong ước lợi ích cho người khác qua trì giới thanh tịnh vượt bậc của tôi;

Nhưng tôi sẽ xấu hổ vì đưa ra con đường sai lạc và tham dục,

Nó thực sự là một đại tội.

Than thở như vậy, cô đã đau khổ rất nhiều.

Người hầu trả lời : “Ông ta là con của Đức Phật”

Nhưng cô không nghe và la lớn “đem nó vào hố tro và khuấy tro lên để dấu đi”. Tuy nhiên, khi cô ném đứa bé vào hố tro (ngoài cửa lều), từ đứa bé phát ra âm thanh và ánh sáng.

Ba ngày sau, cô nhìn vào hố tro và rơi nước mắt, cô nhìn đứa bé nằm đó không hề bị tổn hại. Lấy đứa bé ra, cô đặt bé lên một tấm vải trắng và tắm bằng sữa và nước thơm. Cô bế bé trong tay và nghĩ “chắc chắn nó là một Nirmita [10] hay đây là hành vi của những người đàn ông bất tử”.

Sau đó, trong không gian ở trên, Devas (chư Thiên) thốt lên những câu kệ ban phước

Vị Thầy, người bảo hộ chúng ta và là Đấng Thế Tôn cao quý

Ngài, người bảo hộ thế gian, biểu hiện bản thể của riêng Ngài

Chúng con quy y và cầu nguyện đến Ngài,

Ôi, Vajra của bầu trời ! [11]

Các Dakini cũng tụ hội trong bầu trời đầy những đám mây cúng dường thực sự, và Deva, Naga, Yaksha (Thiên, Long, Dạ Xoa) gửi xuống một cơn mưa hoa vàng và đàn hương. Và từ tất cả mọi phương, Lokapala; người bảo vệ các lãnh thổ của thế gian [12] đánh trống Pháp và thổi tù và bằng vỏ ốc, và những tấm phướng treo trên cao với những cờ hiệu. Ngay cả những đại vương thuộc Rishis cũng tụ hội như những đám mây cung cấp vô số thuốc men. Sau đó, khi cung cấp những sự nuôi dưỡng cho đứa bé, nó lớn nhanh hơn bởi sự nuôi dưỡng bằng những loại thực phẩm khác nhau. Đứa bé lớn hơn nhanh chóng trong một tháng khi các đứa trẻ khác phải trong một năm và hai tháng.

Bảy ngày sau, đứa bé nói với mẹ “ôi, mẹ của con, con muốn đến thăm và học hỏi các Panditas. [13] Ngay cả dù mẹ không vui lòng về sự thảo luận Giáo Pháp của con với họ, hãy cho phép con”.

Vì sự thỉnh cầu này, mẹ Ngài trả lời “ôi con ta, răng sữa con chưa rụng. Làm sao có thể luận bàn Giáo Pháp với họ?”

Đứa bé lập lại thỉnh cầu với sự thuyết phục “làm ơn chấp nhận và cho phép con”

Vì vậy, mẹ Ngài trả lời: “nếu con đi về hướng Đông cách đây hơn một yojana, có một vùng nổi tiếng là Dhanakosha, con sẽ tìm thấy ông ngoại của con là vua Uparaja, vì ở đó có khoảng 500 panditas phục vụ như Purohita của ông ấy [14], con nên đi đến đó. Nói như vậy tức mẹ của Ngài đã cho phép.

Sau đó đứa bé quá vui mừng và đi đến xứ đó. Khi gặp vị vua, đứa bé hành lễ trước vua và nói: “ôi, Đại Vương, tôi là người có tâm linh cao và thuộc về Ngài. Vì ở đây có khoảng 500 panditas phục vụ Ngài như Purohitas, tôi muốn thăm họ, ngay cả nếu Ngài không vui lòng về hình ảnh thảo luận Giáo Pháp của tôi với họ, tôi thỉnh cầu Ngài, ôi Đại Vương, hãy chấp thuận cho tôi”.

Vì thỉnh cầu này, vị vua nhìn Ngài dò xét và tuyên bố “ngươi hãy còn là đứa trẻ chưa rụng răng sữa, làm sao có thể thảo luận Pháp với ai? làm sao có thể có một chấp thuận thỉnh cầu nào như vậy?”

“Làm ơn cho phép tôi” đứa bé cố nài nỉ.

Vị vua trả lời “ngươi chỉ là một đứa bé ! Tuy nhiên, vì thân ngươi xuất hiện những trang hoàng với nhiều dấu hiệu, biểu tượng của một vị Phật [15] có thể ngươi là một Nirmita, ta sẽ sắp xếp cho ngươi gặp những Purohita” nói xong, vua lui vào trong.

Sau đó, khi các Purohita tụ họp trước buổi trưa, nhà vua kể lại cuộc nói chuyện với đứa bé, nhưng một số Purohita phản đối “cuộc nói chuyện điên rồ như vậy không thú vị, không cho nó vào, có ai nói gì khác không?”

Tuy nhiên, người hiểu biết nhất trong số họ đề nghị “chúng ta có thể đuổi nó đi, nhưng chúng ta không chắc rằng nó có phải là một Nirmita hay không. Trong giấc mơ tối qua, tôi thấy một điềm tốt, hãy để nó vào !”

Khi nói xong đứa bé được đưa vào. Sau khi thi lễ trước họ, đứa bé tiến hành giải bày một thuyết trình về Pháp. Dù cố gắng, không một Pandita uyên thâm nào có thể đánh bại đứa bé với những câu hỏi liên quan đến bài thuyết trình. Thất bại trong tranh luận, các Panditas đành lễ trước đứa bé và chấp nhận đứa bé đặt chân lên đầu. Họ tán thán và ban cho Ngài tên Prajnahava có nghĩa “người mà bản thể là trí huệ” vì tâm Ngài sở hữu một trí huệ phân biệt bao la (prajna).

Sau đó vị vua quá vui mừng vì Ngài, đặt tên là Acharya Prahevajra (*sLob-dpon dGa'-rab rdo-rje*) “Cực Hỷ Kim Cang”, và mẹ Ngài vì đã dấu Ngài trong hố tro nhưng không chết nên gọi Ngài bằng tên của Đại Acharya Vetalabhasmavana (*sLob-dpon chen-po ro-langgs thal-mdog*) “con ma màu tro”. Và vì giữa tất cả thanh niên đẹp trai thấy trong sứ xứ đó, Ngài là người hạnh phúc nhất nên cũng được biết với tên Acharya Vetalakshema “con ma hạnh phúc”, vậy Ngài được biết bằng bốn tên này. Đã từng được nghe sự hiển bày của Đức Phật trong lúc Ngài mang thân của nhiều loại sinh linh khác nhau của bốn loại tái sinh, Ngài luân chuyển trong những cõi tái sinh đặc biệt [16] vì vậy, do tác dụng của năng lực công đức, Ngài thành tựu vô số hành vi (làm lợi ích cho người khác).

Sau đó, trên đỉnh núi Suryaprakashakara (*Rinpoche-bo Nyi-ma rab tu snang-ba byed-pa*), ở trên đỉnh một nơi đầy những tảng đá quái dị, ở đó Pretas cuồng nhiệt cư trú, ông dựng một lều cỏ và trong 32 năm ông chứng minh phương pháp tồn tại trong sự bình thản đối với Samadhi. [17] Vì điều đó, trái đất rung chuyển bảy lần. Ngoài ra vô số âm thanh khác nhau đến từ bầu trời và có những cơn mưa những loại hoa khác nhau. Vào một dịp, có tiếng nói từ không trung báo “vị thầy của Tirthikas sẽ thoái hóa”

Trong vùng đó, có một vị vua đi theo con đường tội lỗi của Tirthikas [18]. Một ngày nọ những đức trẻ đi chăn trâu trên núi bỗng nhiên thấy (vị thầy đang thiền định). Chúng không thể đánh động Ngài bằng sừng dê thổi vào lỗ tai hay dùng cây tre chọc vào thịt Ngài. Chúng cho rằng Ngài là một người không có cảm giác.

Chúng thuật lại việc này cho nhà vua, vị vua bảo chúng “người này đã nhận ra và phát triển năng lực của giáo lý Đức Phật, ngược lại ông ta đã hủy diệt và làm hạ thấp giáo lý Tirthikas. Hai đao phủ phải đi giết hẳn” sau khi đưa hai rìu vua gởi họ đi. Nhưng khi hai đao phủ cố gắng giết ông ta, dù làm bất cứ gì cũng không có cơ hội thực sự để làm. Sau đó vị Acharya tỉnh dậy (từ Samadhi) và ra đi trên con đường giữa đám mây trên trời. Và khi ông đi như vậy vua Tirthika, cùng với tùy tùng, rất đỗi ngạc nhiên. và hoan hỷ đánh lễ tán thán vị thầy, trong cách này họ đi vào giáo lý của Đức Phật.

Bây giờ 32 năm trôi qua, tất cả Pitikas trước đó đã được giải nghĩa hoàn toàn bởi chư Phật viên mãn đời quá khứ, và đặc biệt trong 6.400.000 bài kệ của Đại Viên mãn tự nhiên (*rang-bzhin rdzogs-pa chen-po*), lưu trữ trong tim ngài. Trên đỉnh núi của hoạt động giảng dạy sâu rộng này, một đồng châu ngọc quý giá trên núi Malaya cư trú một Dakini của Vajradhatu được biết là Lokasukharasavati (*Rdo-rje dbying kyi*

mkha' - '*gro-ma,*' *Jig-rten bde-ba'i ro dang ldan-ma*). Bà có ba mặt, mặc quần áo bằng da cạp, bốn tay cầm lọng và lông công, cưỡi trên một sư tử và một cạp. Và ở đây còn có Dakini phẩm tính đức hạnh vô hạn gọi là Pitashankara (*bDe-byed ser-mo yontan mtha'-yas-pa'i mkha'* - '*gro-ma*). Bà cưỡi trên một rồng và đeo dây tia chớp. Bà xuất hiện trong tướng phần nộ, nhưng tâm thức lại hỷ lạc. [19] Trong ba năm, họ soạn thảo mục lục những chữ và những lời (của Tantra Dzogchen). Cùng với tất cả những chữ của tất cả Nirmanakaya, tự-phát sinh và tự-xuất hiện [20], sắp xếp chu đáo không lỗi trong chữ (trong nhiều bộ sách). Sắp xếp theo cách đó hai Dakini xuất hiện (ngài có thể thấy) trong một động đá ở đó, và hia Dakini này sở hữu trí huệ sắc bén, yêu cầu Ngài “hãy để chúng tôi thực hiện puja”, ngài bằng lòng và khẩn khoản họ ở lại với ngài như người phụ trách, bảo vệ giáo lý). Sau đó, bằng phương tiện xuất hiện thực tế của Nirmitas như những biểu hiện thấy được, họ khiến giáo lý trở nên sáng tỏ. Dòng trao truyền ngắn hơn này, [21] khiến giáo lý tồn tại (trong thế giới chúng ta) một thời gian dài được thuật lại phong phú ở đây.

Tuy nhiên, về phần những nguồn đặc biệt, có thể nói, những nơi đặc biệt ở đó Đức Phật đưa ra Giáo lý vì mục tiêu lợi ích của mọi người, tôi sẽ giải thích một số vấn đề liên quan đến điều này [22]

Sau đó, trong hướng Đông Bắc từ Vajrasana, khi đi lên khoảng 5 yojanas, hiện hữu một sân lò thiêu lớn Shitavana (*bSil-ba'i tshal*) rừng lạnh, chu vi khoảng 2,5 yojana, ở giữa xứ sở nhiều đồi núi đó, trên một bề mặt giống như lòng bàn tay, không có ranh giới hay trung tâm, bằng phẳng, trực tiếp về phía trước có một bảo tháp đi xuống từ cõi Deva quang vinh. Nó là bằng đồng và trang trí như bánh xe xoa dầu với vàng, cùng với những lọng, từ đó phát ra những tiếng leng keng của những chuông nhỏ. Ở mỗi góc của tháp phô bày những hình tượng được làm từ nhiều loại châu ngọc quý.

Trong hướng Đông Bắc của sân lò thiêu đó, có hình tượng một bốn tôn thế gian gọi là cây như ý Bishala. Nhiều con chim bay xuống và đậu lên đó nhặt nhạnh. Ở đây cũng có một vị thần thế gian gọi là Amandakareshvara (*dGa'-byed dbangphyug*) cưỡi trên một sư tử đen. Trong tay ngài cầm một ngọn giáo như chĩa ba, trang phục bằng áo choàng lụa đỏ. Ngài nhận cuộc sống của chúng sanh một cách tự nhiên và cư trú với vô số tùy tùng.

Ở đó cũng có vô số Dakini cư trú, một số có tia sáng mặt trời phát ra đôi mắt. Một số có tiếng gầm như sấm và cưỡi trâu. Một số trong tay cầm dao, và đôi mắt có hình hạt. Một số cầm một đồng sọ người trong tay và cưỡi cạp. Một số tay cầm xác người và cưỡi sư tử. một số ăn thịt người và cưỡi chim Garuda. Một số giữ những xác người xỏ sâu trên mũi giáo của họ và cưỡi trên chó sói. Một số bơi lội trong biển máu và có 5 hay 10 đầu. Một số cầm những hình tượng chúng sanh khác nhau trong vô số tay. Một số họ, cắt đầu mình cầm trên tay. Một số khác móc tim mình và cầm trong tay. Một số mổ bụng móc ruột ra ăn. Trong số họ, một số cưỡi ngựa, voi hay bò. Và ở giữa nơi đó cư trú vô số Dakini, có một hồ gây thích thú cho họ.

Ngoài ra có vô số tạo vật sống cư trú trên sân lò thiêu. Có những sinh linh không thể di động nhanh chóng, và cũng có những sinh linh khác cố gắng bắt những sinh vật đó để ăn. Với ý định đem trí thông minh cho những sinh linh có ý thức méo mó, vị Acharya Prahevajra quyết định đến đó. Cưỡi trên con gái của Vishnu mình trần ngoại trừ mái tóc dài [23] Ngài khởi hành (từ núi ở hướng Bắc bay về hướng Đông Nam) cho đến khi đến nơi. Những tạo vật sống trong sân lò thiêu rất đổi kinh hoàng (vì Ngài đến) và họ thu thập nhiều trái cây bilva kỳ diệu cúng dường Acharya và dâng lễ Ngài. Sau đó, tựa lưng vào tháp ở giữa nơi đó Ngài thực hiện giảng dạy Giáo Pháp cho vô số Dakini như Suryaprabha (*Nyi-ma'i 'od-zer*) và các Dakini khác.

Trong lúc đó ở một thị trấn gọi là Dvikrama (*Rim-pa gnyis-pa*) ở hướng Tây của Vajrasana, có con của Brahman Bhagavan Shastri (*Bram-ze Legs-ldan ston-pa*) và vợ Abhasadipa (*sNang-ba'i sgron-me*) sinh sống. Ngài là một người lãnh đạo trung thành với Giáo lý thiêng liêng của Đức Phật, và khi Ngài nghiên cứu đặc biệt về năm khoa học, Ngài được gọi bằng tên Manjushrimitra (*'Jam-dpal bshes-gnyen*). Một ngày nọ, tiên tri của Manjushri Vajratikshana đến từ bầu trời công bố sự hiện hữu của sân lò thiêu lớn “Ôi, con tôn quý; nếu con muốn đạt được quả vị Phật trong thân vật chất hiện nay chỉ trong một đời, con nên đi đến sân lò thiêu lớn của Shitavana!” Đây là lời tiên tri.

Sau đó, khi đến sân lò thiêu của Shitavana, Manjushrimitra gặp mặt Prahevajra và trình bày thỉnh cầu. Trong 75 năm Manjushrimitra ở với vị Nirmanakaya và lắng nghe Ngài giảng giải Giáo Pháp.

Vào cuối thời gian này, vượt lên mọi đau khổ và trở thành Phật quả khoảng 544 năm sau khi Phật nhập Niết Bàn, ở đầu nguồn sông Dan-tig về hướng Đông Bắc Shitavana, tự thân Prahevajra biến thân vật chất của Ngài hòa tan và biến mất, minh chứng phương pháp hoàn toàn vượt lên đau khổ. Vào lúc đó, động đất sáu lần và trong bầu trời phát ra vô số ánh sáng và âm thanh to lớn.

Lúc đó, Manjushrimitra ngã ra đất bất tỉnh, khi tỉnh lại Ngài nhìn lên và thấy Guru của Ngài ngồi giữa một vầng ánh sáng trong bầu trời, Manjushrimitra thốt lên lời than van “ôi, than ôi ! khi ánh sáng của ngọn đèn là thầy của chúng con đã ra đi, ai tồn tại để xóa đi bóng tối của thế gian?” Ngài lập lại ba lần.

Sau đó vị Acharya duỗi tay phải từ mandala của vầng ánh sáng này và đến (bàn tay phải của Ngài) một tráp khoảng một ngón tay cái bằng vàng quý giá cùng với một số âm thanh khủng khiếp. Tráp vàng này quay quanh Manjushrimitra ba vòng và rơi vào lòng tay phải Ngài. Mở ra và nhìn vào trong Ngài thấy bản văn *Tshig gsum gnad du brdeg-pa*, “Ba Trình Bày Đánh Vào Những Điểm Trọng Yếu” của Prahevajra viết trên một bề mặt làm bằng năm loại lam ngọc quý báu và chữ có màu xanh da trời cùng với dấu niêm phong của Ngài. Chỉ cần nhìn vào bản văn, Manjushrimitra trở thành như một bình chứa tràn đầy và hoàn toàn ứng xử thích hợp. Ngoài ra, sự kiện Prahevajra nhận ra sự hoàn thiện của thực tại, và sự kiện Manjushrimitra nhận ra việc gia tăng kinh nghiệm được xảy ra cùng lúc. [25]

Nirmata này (hay sự xuất hiện của Prahevajra) là sự tự-biểu hiện của tự-giải thoát, khiến Giáo lý còn tồn tại (trong thế giới của chúng ta) trong một thời gian dài. Vị Nirmata mở ra trạng thái này một cách tự nhiên [26].

Quy kính Nirmanakaya người tương đồng với trường ánh sáng !

Sau đó, từ hàng trăm ngàn bài kệ, Manjushrimitra chia Giáo lý Đại Viên Mãn tự nhiên thành ba bộ : Chittavarga hay Bộ Tâm (*sems-sde*) cho những cá nhân đã vững chắc trong trạng thái an định (thiền chỉ), Abhyantaravarga hay Bộ Không Gian (*Klong-sde*) cho những cá nhân thoát khỏi tất cả hoạt động thế gian và Upadesha Varga hay Bộ Hướng dẫn Bí mật (*man-ngag gi sde*) cho những cá nhân chủ yếu gắn liền với điểm trọng yếu. [27]

Cũng từ chúng, Ngài đặc biệt cô đọng lại giáo lý liên quan đến chúng là *Thig-le rang gnad du phad-pa* “Tinh túy xuất hiện như Điểm Trọng Yếu của riêng nó” [28] Ngài chia chúng thành hai: trao truyền miệng (*snyan-rgyud*, phạn karnatantra) và trao truyền giải nghĩa (*bshad-rgyud*, phạn Vyakhyatantra). Mặc dù được chép lại hai bản, *sNyan-rgyud* cũng như của *bShad-rgyud snying gi ti-ka*, Ngài không gặp được ai để có thể trao truyền, nên cất dấu chúng gần một tảng đá có hình dạng vishvavajra nằm về hướng Đông Bắc Vajrasana. Niêm phong chúng với dấu niêm của Dakinis và Dharmapatis, Ngài khiến chúng trở nên không thể thấy.

Sau đó, về hướng Tây của Vajrasana có một sân lò thiêu được biết là Sosaling (*dur-khrod chen-po so-sdi gling*) có chu vi là một yojana. Giữa sân lò thiêu là một tháp, tự có ngay từ khởi thủy cao chót vót, trang hoàng bằng bạc, châu ngọc quý gia cùng với những bánh xe, lọng và san hô, được trang trí rất đẹp với những chuông nhỏ, cũng như trang hoàng với mặt trời và mặt trăng. Ở bên cạnh có những hình ảnh tự có từ khởi thủy của 8 Thần Matrika như Gauri và những người còn lại. [31]

Về hướng Đông Bắc của bảo tháp đó có một hồ gọi là Kshuratamasa (*spu-gri mun*) và trong hồ đó cư trú nhiều loại tạo vật có khí độc như Makaras. [32] Bao chung quanh hồ bằng những loại đá khác nhau. Về hướng Tây Nam hồ đó cư trú những thiện thần thế gian và bán thần. Ở đó trên một cây nyagrodha trên đỉnh của những cành có những tổ chim ăn thịt thối rữa, và những cành ở dưới có những con rắn độc màu đen quấn chung quanh, và dưới rễ của cây là nơi tụ họp của những con heo đào mộ. Ở đây cũng là nơi cư trú của thế gian Anandakumara (đó là Bhaivara).[38] Ngài có mặt sư tử và tay cầm một kiếm giống tay người, cũng như một sọ người một giáo gỗ và một đinh ba với một tử thi xâu trên ngọn. Thân Ngài trang hoàng mọi chỗ với vòng đầu lâu người, và trang phục bằng áo choàng bằng lụa đen. Bao quanh ngài là vài trăm ngàn tùy tùng của quỷ thần giết người Matrika cười voi (và những sinh vật hoang dã khác) và họ rất thích thịt và máu. [34]

Ở đây cũng có vô số Dakini. Một số họ cười sư tử và để xoã tóc, nâng cao cờ chiến thắng với chín đầu lâu. Một số cười chim và giơ cao cờ chiến thắng sư tử. Một số có một thân nhưng có 11 đầu và họ ăn tim, ruột người... Một số phụ nữ đen lác bộ tóc dài khiến chó sói xuất ra từ miệng mở rộng của họ. Một số chặt thân người ra

từng phần và khiến sấm chớp, mưa thiên thạch, sắt xuống từ tận cùng của bầu trời, và trong tay họ giơ cao cờ chiến thắng hình cọp. Một số tự tách phần trên và dưới thân họ và tự xé tim phổi mình. Một số khác cắt đứt tứ chi, gom chúng lại trong tất cả mọi hướng. Trong cách đó, họ phô bày vô số loại năng lực huyền bí khác nhau.

Trong vùng lân cận, có nhiều chim ăn xác thối, heo đào mộ, rắn độc, nhiều chó sói có màu da người, chó sói... cũng như rất nhiều ong kinh khủng. Vô số thầy người chết mới và cũ, hàng đống xương, những hồ máu, những căn nhà làm bằng đầu người, và những căn lều làm bằng sọ người khô. Một số sinh vật bởi tìm (trong đất), một số chúng ăn, một số đi lang thang, một số tru, hú, một số móc mắt (xác chết), một số nhai chân, gặm xương, thưởng thức ruột v.v...

Chính giữa bãi chiến trường này cư trú các yogesvaras, nhiều yogin và yogini đến đây thực hành nhiều loại khổ hạnh của yogin [35]. Ở đây Đại Acharya Manjushrimitra ngồi theo tư thế Vajraparyanka trên một ngai sư tử trong tư thế đang giao phối, trên đó cũng có nhiều loại cờ chiến thắng, những lọng, tán lông công... Ngài cư trú trong một căn nhà nhiều tầng ở giữa đất lò thiêu khủng khiếp này, bao chung quanh là vô số Dakini. Ngài an trụ trong samadhi liên tục trong 109 năm trong trạng thái thanh thản thư thái. [36]

*Vajranatha phiên dịch
Baudhnath, Nepal
Tháng 3 năm 1978*

GURU SADHANA VỀ GARAB DORJE

I. QUÁN TƯỢNG

A

Thế giới và tất cả sinh linh đều thanh tịnh ngay từ khởi thủy.

Từ trạng thái Đại Không Tánh nguyên sơ

Thân con biểu hiện rõ ràng như Vajrapani hiền minh

Trong bầu trời phía trước, bên trong một đại hư không màu xanh da trời

Một lượng ánh sáng tự-viên mãn xuất hiện có thể thấy được;

Và ở giữa, trong một trường ánh sáng rộng mở bao la,

Trên một ngai châu báu, trên một hoa sen, một đĩa mặt trời, một đĩa mặt trăng,

Là một xe lớn do ngựa kéo chứa Giáo Lý Tối Thượng Thừa.

Garab Dorje trong trang phục của Sambhogakaya,

Ngài cười an bình, màu trắng trong suốt, trang hoàng bởi những dấu hiệu và đặc tính.

Tay phải Ngài kết ấn ban quy y ở phía trước.

Tay trái Ngài chống trên chỗ ngồi gần hông, Ngài trang phục bằng lụa đẹp đẽ trong trí nhiều ngọc quý

Hai chân ngài giữ trong tư thế bồ tát.

Thân Ngài ngồi thẳng trong tư thế vương giả

Ba nơi bí mật in dấu ba Vajra

Ánh sáng chiếu ra từ chúng và triệu thỉnh Trí-Hữu Tình

(và hợp nhất với ngài) giống như nước rót vào nước.

II. PHỤC VỤ BẢY PHẦN

1. Chúng con thực sự tôn kính quan điểm rằng Giác Tánh nội tại thanh tịnh của riêng con là vị Guru thực sự.

2. Chúng con hiện diện như sự xuất hiện của tất cả hiện tượng hiện hữu hoàn toàn viên mãn ngay từ khởi thủy.

3. Chúng con sám hối tất cả tội lỗi và sai phạm (còn tồn tại) trong đại bất sanh rộng mở bao la.

4. Chúng con hoan hỷ với tất cả công đức (xảy ra) không có bất kỳ hành động suy tính nào.

5. Cầu mong chư Phật chuyển pháp luân giáo lý tự-viên mãn tự nhiên.

6. và tồn tại trong trạng thái bất sanh, bất diệt.

7. Chúng con hồi hướng công đức mình (đang lưu giữ) trong tự-viên mãn tự nhiên của thân trẻ trung giống như bình.

Cầu mong chúng con đạt được giác ngộ như Ba Thân Lớn.

III. CẦU NGUYỆN

OM AH HUM

Đến Anh hùng Garab Dorje mà tự thân ngài là Vajrasattva

Chúng con nguyện sùng kính nhiệt thành và bền bỉ mãnh liệt.

Từ sự viên mãn của đại năng lượng của trạng thái Thanh Tịnh Quang

Cầu mong chúng con đạt được thân cầu vòng Vajrakaya của Đại chuyển di.

IV. TỤNG NIỆM MANTRA

OM AH GURU PRAJNABHAVA HEVAJRA SARVA SIDDHI HUM.

V. QUÁN ĐÁNH

Từ Ba chủng tự ở ba nơi của Guru

Những dòng cam lồ là ánh sáng tuôn chảy của ba chủng tự.

Cùng với hình tượng và vòng hoa mantra và những chủng tự

Hoà nhập vào ba chỗ của chúng con dần dần và sau đó cùng lúc.

Bởi phương tiện của nối kết này, con đạt được bốn quán đánh và tịnh hoá bốn chướng ngại của chúng con

Do vậy, chủng tử ở trong con khiến siêu xuất mọi giới hạn

Qua thiền định trên bốn con đường và trên bốn cái Thấy.

VI. HỢP NHẤT

Cuối cùng, Guru, Ngài vô cùng hài lòng với con.

Đi vào qua lỗ mở đỉnh đầu con và tiếp tục

Ngài an trụ trong giữa tim con.

Trong giữa tim Ngài, bên trong một xoáy ánh sáng ngũ sắc rộng mở bao la.

Tự thân Samantabhardra và phối ngẫu của ngài ngồi đó.

Và trong trung tâm trái tim ngài, trên đỉnh hào quang xanh dương

Là chữ A trắng, bao quanh bởi những chủng tự là những chữ của Sáu Hư Không bao la.

Tất cả kết tập sáu thức cảm giác của con

Đều tan biến vào hư không thanh tịnh rộng mở bao la.

VII. NHỮNG HƯỚNG DẪN CUỐI

(Trong trạng thái thanh tịnh quang hoàn toàn trong đó Giác Tánh và Tánh Không hợp nhất không thể tách biệt)

Không xao lãng, hành giả nên thực hiện tụng niệm Vajra

Hay tụng lớn mantra hoặc niệm thầm, càng nhiều khi có thể.

Vào cuối thời, nên hồi hướng công đức và đem theo suốt con đường (trong đời sống hàng ngày)

Ngoài ra về phần Sadhana ngắn của Guru này

Tạo cảm hứng bởi những dấu hiệu xuất hiện trong kinh nghiệm của ngài khi đang nằm mộng (*Khyentse Rinpoche*).

Ngài viết ra bất cứ những gì xuất hiện tự phát trước khuôn mặt Giác Tánh của riêng Ngài

Cầu mong Giác Tánh của riêng con giải thoát vào trạng thái của Guru.

LỜI CUỐI SÁCH

Trong năm con rắn nước (1893), ngày 15 tháng 10 bản văn này do Kuzang Odgal Nyingpo (*Jamyang Khyentse Chokyi Lodro*) viết ra.

Vajranatha dịch tại Merigar trên đồi Tuscany trong suốt khoa nhập thất mùa xuân năm 1985.

SARVA MANGALAM

GHI CHÚ VỀ GURU SADHANA

Ghi chú về Guru Sadhana này có một số phần sau:

1. *Quán tưởng*: Sau khi nhận được sự cho phép đúng quy tắc (*lung*) để thực hành, hành giả hòa tan tất cả mọi thứ, thân vật chất và môi trường của hành giả, vào trạng thái của đại Hư Không Nguyên Thủy (*ye stong chen-po'i ngang*). Sau đó, hành giả tái xuất hiện trong không gian trong hình tướng Vajrapani hiền minh (*phyag-rdor zhi-ba*). Ngài có màu xanh dương, một mặt; hai tay, tay phải cầm chày vajra và trang phục như một đại Bồ Tát. Sau đó trong bầu trời phía trước của hành giả xuất hiện tự thân tổ Garab Dorje như đã mô tả trong nghi thức làm lễ, ngồi trong một trường ánh sáng cầu vồng (*thig-le*). Ba nơi bí mật của ngài – trán, cổ họng và tim – được in dấu ba Vajra, đó là, ba chữ chiếu sáng rực rỡ: chữ OM màu trắng tại trán ngài, chữ AH màu đỏ tại cổ họng, và chữ HUM màu xanh dương tại tim. Những chữ này trong hình dạng của chữ Tây Tạng. Những tia sáng chiếu ra từ những chữ này và triệu thỉnh Jnanasattvas, hay Trí-Hữu Tình (*ye-shes-pa*), từ bên ngoài của bầu trời bao la của tâm giác ngộ. Và chúng rơi xuống như một trận mưa hình ảnh của Guru thu nhỏ và hoà nhập, hợp nhất với sự quán tưởng Guru phía trước hành giả, được biết như

Samayasattva, hay Nguyễn Hữu Tình (*dam-tshig-pa*). Hai cái này trở thành một và không thể tách biệt (*dam ye dbyer-med*).

II. *Phục vụ bảy phần*: Đây là một thực hành tiêu chuẩn theo hệ thống Sutra nhưng ở đây về mặt quan điểm của Dzogchen nó được gộp lại. Có bảy phần: (1) Lễ kính, (2) cúng dường, (3) sám hối tội lỗi, (4) hoan hỷ với những công đức của người khác, (5) thỉnh chư Phật chuyển pháp luân, (6) thỉnh Phật trụ thế để tiếp tục giảng dạy, (7) hồi hướng công đức của hành giả cho sự lợi ích và giải thoát cho tất cả chúng sanh.

III. *Cầu nguyện*: Ở đây Garab Dorje được nhận ra như Vajrasattva, là Sambhogakaya khía cạnh của Phật tánh. Hành giả cầu nguyện để nhận ra chân lý bằng con đường thực hành Dzogchen, Vajrakaya “Thân bất hoại giống như kim cương” có thể nói là, thân Cầu Vòng của Đại Chuyển Di (*'pho chen 'ja' lus rdo-rje'i sku*).

IV. *Tụng niệm Mantra*: Mantra của Guru tụng tối thiểu 108 lần

V. *Quán đảnh*: Những dòng tia sáng chiếu ra từ ba nơi bí mật của Guru và đi vào Ba nơi bí mật tương ứng của hành giả. Ánh sáng trắng chiếu ra từ chữ OM màu trắng tại giữa trán của Guru và đi vào giữa trán của hành giả. Điều này tịnh hoá tất cả những chướng ngại của thân hành giả và đại diện nguyên nhân nhận ra Nirmanakaya. Ánh sáng đỏ chiếu ra từ chữ A màu đỏ và đi vào trung tâm cổ họng của hành giả. Điều này tịnh hoá tất cả những chướng ngại về ngữ hay năng lượng của hành giả và đại diện nguyên nhân nhận ra Sambhogakaya. Ánh sáng xanh dương chiếu ra từ chữ HUM màu xanh dương và đi vào trung tâm tim của hành giả. Điều này tịnh hoá tất cả những chướng ngại của tâm và đại diện cho nguyên nhân nhận ra Dharmakaya. Sau đó những ánh sáng màu sắc khác nhau này chiếu ra từ cả ba nơi bí mật cùng lúc và đi vào hành giả khiến tịnh hoá tất cả những chướng ngại thô và tế. Vì vậy, theo phương pháp của tantra hay con đường của sự chuyển hóa, hành giả đã nhận được từ vị Guru cả bốn quán đảnh (*dbang bzhi*) về Thân, Ngữ, Ý và hợp nhất chúng. Sau đó hành giả có thể phát triển theo bốn con đường của sự nghiệp Bồ Tát cụ thể là Tích Lũy, Chuyên Cần, Quán Tưởng và Phát Triển Thiền Định và như là Quả, hành giả đi đến bốn giai đoạn trong sự phát triển của cái thấy (*snang-ba bzhi*) về mặt thực hành Thodgal.

VI. *Hợp nhất*: Sau đó vị Guru tan biến thành một khối ánh sáng và ánh sáng này đi vào lỗ mở trên đỉnh đầu của hành giả và đi xuống qua kinh mạch trung ương. Cuối cùng vị Guru tái xuất hiện trong trung tâm tim của hành giả như đã mô tả trong bản văn về nghi thức làm lễ. Khoảnh khắc hợp nhất này là Guruyoga thực sự. Sau đó trong chính giữa tim của Guru đang ngồi trong tim của hành giả là Phật Samantabhadra Nguyên Sơ trong thế hợp nhất với trí huệ Samantabhadri Nguyên Sơ. Trong tim của vị Phật này là chữ A màu trắng (chữ Tây Tạng) trong một trường ánh sáng màu xanh dương (*thig-le*), bao quanh bởi sáu chữ đại diện cho Sáu Không Gian Bao La của Samantabhadra (*kun-bzang klong drug*), cụ thể là, A A HA SHA SA MA

(trong dạng chữ Tây Tạng). Điều này chỉ ra bản chất tịnh hoá của sáu cõi hay tái sinh trong lục đạo (*'gro-ba drug*). Bây giờ sáu kết tập ý thức (*tshogs drug*) đó là, tâm thêm vào năm thức cảm giác thông thường tan biến vào sự rộng mở bao la của Thanh Tịnh Nguyên Sơ này (*dag-pa'i klong*) là trạng thái của tánh không, và hành giả thấy chính mình trong trạng thái của Thanh Tịnh Quang ở đó Giác Tánh và Tánh Không hợp nhất không thể tách biệt (*rig stong 'od gsal chen-po'i ngang*) trong trạng thái Thiên.

VII. Những Hướng Dẫn cuối cùng: Sau đó không sao lãng hay tán tâm, hành giả thực hành Vajrajapa hay tụng niệm Vajra (*rdo-rje bzlas-pa*). Ở đây hành giả đọc lớn chủng tự OM AH HUM, hay luân phiên với hơi thở (*rlung bzlas*). Khi hít vào, hành giả im lặng chú tâm vào âm OM; khi đang giữ hơi, hành giả im lặng chú tâm trên âm AH và khi thở ra hành giả im lặng chú tâm trên âm HUM.

Lời kết: Thực hành này được tiếp nhận như một kiến thanh tịnh (*dag-srang*) trong những giấc mơ của ngài Kunzang Odsal Nyingpo, còn được biết với tên khác là Dzongsar Khyentse Rinpoche hay Jamyang Khyentse Chokyi Lodro (*'Jam-dbyangs mkhyen-rtse chos kyi blo-gros, 1896-1959*).

CHÚ GIẢI

LỜI NÓI ĐẦU

1. Lời nói đầu này do Ngài Namkhai Norbu Rinpoche viết bằng tiếng Tây Tạng, sau đó được dịch sang Anh Ngữ. Những ghi chú là của dịch giả. Bất cứ con đường tâm linh nào cũng có thể phân tích thành Nền hay căn bản của nó (*gzhi*), Con Đường hay là những phương pháp thực hành và phát triển tâm linh (*lam*), và Quả của nó hay Mục Tiêu (*'bras-bu*). Ba Bộ của Giáo lý Dzogchen (*rdzogs-chen sde gsum*) bao gồm Semde (*sems-sde*), hay “Bộ Tâm”, Longde (*klong-sde*), hay “Bộ Không Gian”, và Upadesha (*man-ngag sde*), hay “Bộ Hướng Dẫn Bí Mật”. Ba Bộ này tương ứng với Nền, Con Đường, và Kết Quả của Dzogchen.
2. dGa'-rab rdo-rje, “Cực Hỷ Kim Cang”. Dạng tên chữ Phạn nguyên thủy của vị Tổ này là không chắc chắn.
3. 'Jam-dpal gshes-gnyen.

4. *'Od lus*, “Thân Ánh Sáng”. Thân Ánh Sáng này tiêu biểu cho việc rèn luyện thực hành Thodgal (thod-rgal) trong Dzogchen.
5. *rDo-rje tshig gsum*, “Ba câu kệ Vajra” Ba câu kệ hay Ba Trình Bày (*tshig-gsum*) bao gồm Chúc Thư Cuối của Tổ Garab Dorje và mang đề tựa “Ba Trình Bày Đánh vào Những Điểm Trọng Yếu “ (*tshig gsum gnad brdeg*). Ba điểm trọng yếu ám chỉ Nền, Con Đường, và Quả hay Kiến (*lta-ba*), Thiền (*sgom-pa*), và Hành (*spyod-pa*) của Dzogchen.
6. *Zhal-'chems*.
7. *Tshig-gsum*.
8. *Sems-sde, klong-sde, man-ngag sde*.
9. *lTa grub = lta-ba dang grub-mtha'*, “quan điểm và nguyên lý”
10. *lTa tshul*.
11. *Grub-mtha'*, “nguyên lý, hệ thống triết học”
12. *dGongs-pa rnal-ma*, “Trạng thái Nguyên sơ tự nhiên”
13. *Grub-mtha'*.
14. Quan điểm triết học hay giáo lý của hành giả (*grub-mtha'*) được thiết lập bằng cách của con đường tiến trình luận lý ba bước của sự bác bỏ của quan điểm chống đối (*dgag*), sự chứng minh hay giải thích luận lý về quan điểm riêng của hành giả (*bzhag*), sự bác bỏ của những tranh luận chống lại quan điểm của hành giả (*spang*).
15. *rDogs-chen gyi dgongs-pa ngo-sprad-pa*, “giới thiệu trực tiếp (*ngo-sprad-pa*) tới Trạng thái Nguyên Sơ (*dgongs-pa*) của Dzogchen.”
16. *Ati'i dgongs-pa*.
17. *gSal dag rnyogs-bral gyi gshis*.
18. *dPe*.

19. *rGyud lung man-ngag gsum*. Giữa ba loại bản văn, Tantra (*rgyud*) đưa ra một hiển bày bao quát về giáo lý, Agama (*lung*) tập trung trên một khía cạnh hay quan điểm đặc biệt trong giáo lý, và Upadesha (*man-ngag*) nhỏ những giọt tinh túy của giáo lý chỉ trong một vài chữ.
20. *sGra thal'-gyur gyi rgyud* là Tantra chánh trong Bộ Dzogchen Upadesha. Tantra này và những Tantra Dzogchen khác nói về những thế giới khác hơn là thế giới của chúng ta, ở đó giáo lý Dzogchen hiện còn tồn tại.
21. *rTsa rgyud*.
22. *bShad rgyud*.
23. *Man-ngag rgyud*.
24. *Thal-ba'i zhing chen-po*.
25. *kLong chen-po'i zhing*.
26. *rGyud kyi dngos-po bcu*
27. *Rang grol lam*.
28. *lTa-stangs*.
29. 'bri-gung dpal bzang. Một nhà phê bình của Dzogchen, ngài là một học giả thuộc phái Drigung Kagyudpa.
30. Kun-mkhyen kLong-chen Rab-'byams-pa, 1308 – 1363.
31. Sog-zlog-pa bLo-gros rgyal-mtshan, 1552 - ?.
32. *Rig-pa'i khu-byug*, “Tiếng gọi của Giác Tánh”. theo truyền thống Nyingmapa, đây là bản văn Dzogchen đầu tiên được dịch giả Vairochana dịch đưa vào Tây Tạng . Nó được liệt kê thuộc về 18 bản văn gốc của Bộ Dzogchen Semde. Vairochana là người Tây Tạng mặc dù tên ngài bằng tiếng Phạn, là một người cùng thời và là đệ tử của Guru Padmasambhava trong thế kỷ thứ VIII.

33. Sangs-rgyas sbas-pa.
34. *Ati' dgongs-pa*.
35. *dPal rdo-rje phur-pa'i rdzogs-rim*. Những phương pháp của hệ thống Tantra gồm hai giai đoạn (*rim gnyis*): Utpattikrama, hay tiến trình phát sanh (*bskyed-rim*) và Sampannakrama, hay tiến trình hoàn thiện (*rdzogs-rim*). Trong hệ thống của Tantra Cổ (*rgyud rnying-ma'i lugs*) thực hành bởi Nyingmapas, giai đoạn cuối hay rèn luyện tiến trình hoàn thiện được biết là Dzogchen, Đại Viên Mãn (*rdzogs-pa chen-po*). Trong phần kết của bản văn được quy cho chính Guru Padmasambhava. Vajrakilaya (*rDo-rje phur-ba*) là Yidam (*yi-dam*) chánh, hay sự thiền quán bốn tôn, được thực hành trong hệ phái Nyingmapa.
36. Trước thế kỷ thứ VIII của kỷ nguyên chúng ta, khi Zhang Zhung, hay trung tâm phía Tây Tây Tạng bao quanh Núi Kailas, được chinh phục bởi Triều Đại Yarlung của Trung Tâm Tây Tạng, đất nước được quy định như một vương quốc độc lập bởi hai triều đại thành công là Jyaruchan (*Bya-ru-can*) và Ligmincha (*Lig-mi-rgya*). Triwer Sergyi Jyaruchan (*khri-wer gser gyi bya-ru-can*) vua của Zhang Zhung thuộc về triều đại thứ nhất này. Sự thông tin miệng từ Lupon Tenzin Namdak.
37. Niên hiệu của vua Zhang Zhung, Triwer Sergyi Jyaruchan không được chắn chắn, nhưng theo truyền thống Bonpo, Ông là người cùng thời với Tonpa Shenrab Miwoche (*sTon-pa gShen-rab mi-bo-che*) vị Phật ở Trung Á, người thiết lập giáo lý đạo Bon, Namkhai Norbu Rinpoche không chỉ rõ việc vị vua và Tonpa Shenrab cùng niên đại ra sao. Một nguồn của Bonpo ở thế kỷ XVIII, *bsTan rtsis* đưa ra một niên đại cho Tonpa Shenrab, và, do đó cũng là niên đại cho vị vua này, nhưng đơn thuần là chuyện thần thoại khoảng 18.000 năm trước.
38. *Yang-dapa'i sems bon*, “Học thuyết của Tâm Viên Mãn”. Trong bản văn của Bonpo, chữ Tây Tạng *bon* thường nhiệm vụ như chữ *chos* trong bản văn của đạo Phật; cả hai được dịch từ thuật ngữ kỹ thuật Phạn là *dharma*, “giáo lý, học thuyết, thực tại”... Học giả Uray của Hungary đề nghị chữ *bon* được rút ra từ một động từ Tây Tạng cổ, *'bond-pa*, có nghĩa “câu thỉnh thần thánh”. Tín ngưỡng tiền-Phật giáo bản xứ ở Tây Tạng được biết là *Lha bon*, “sự cầu thỉnh thần linh”. Tuy nhiên, Beckwith chỉ ra rằng *bon* của Tây Tạng có thể thực sự bắt nguồn từ chữ *bwn* của Phật giáo Sogdian có nghĩa “Giáo Pháp”. Sự kết nối chặt chẽ của Zhang-zhung cổ với Sogdian, một xứ

có người dân nói tiếng Iran thống trị vùng Silk Route Trung Á ở hướng Tây Bắc Tây Tạng trước sự xâm chiếm của đạo Muslim (Hồi Giáo), đã chỉ ra bởi vị tổ Dzogchen của Bonpo là Lupon Tenzin Namdak (thông tin miệng). Nhiều bản văn Bonpo cổ, như *Mar rgyud*, Tantra Mẹ của Bonpo, cho là được dịch nguyên thủy từ ngôn ngữ Iran của Tazig (có thể là Sogdian) thành ngôn ngữ của Zhang-zhung, một liên quan mật thiết tiếng địa phương Tibeto-Burman với Tây Tạng. Hãy xem Christopher Beckwith, *Đế chế Tây Tạng trong vùng Trung Á: một lịch sử Đấu Tranh dành đại quyền lực giữa Tây Tạng, Thổ Nhĩ Kỳ (Turks), Arabs (Ả Rập), và Trung Quốc trong giữa niên đại đầu tiên* (Princeton: Đại học Princeton xuất bản, 1987).

39. Theo truyền thống Bonpo, Tonpa Shenrab không sanh ở phía Tây Tây Tạng hay Zhang-zhung, mà ở Tazig (sTa-gzigs), hay vùng Trung Á nói tiếng Iran (ngày nay là Uzbekistan và Tajikistan), trong đất nước của Shambala, hay Olmo Lung-ring ('Ol-mo lung-ring). Những học giả Tây phương ngày nay nghi ngờ sự hiện hữu lịch sử của Tonpa Shenrab, quả quyết ông ta chỉ là một huyền thoại, tiểu sử của ngài đặt nền tảng trên đạo Phật *Lalitavistara*. Tuy nhiên, có nhiều tài liệu trong ba tiểu sử của vị thầy này, *mDo 'dus*, *gZer-myig*, và *gZi-brjid*, đó không phải là minh họa của Phật giáo Ấn Độ nguyên thủy. Karmay thừa nhận sự hiện hữu lịch sử của Tonpa Shenrab có thể như một số loại của tu sĩ *gShen* ở phía Tây Tây Tạng trong thế kỷ thứ VII. Tựa đề Tonpa, “vị Thầy” được dùng không cho một vị thầy bình thường mà là người hiển lộ chân lý cao cả và sáng lập dòng truyền tâm linh và truyền thống đặt căn bản trên truyền thống đó.
40. Srong-btsan sgam-po, 569 – 650 CE.
41. Gyer-sprung sNang-bzher Lod-po, đệ tử của Je Tapihritsa, thế kỷ thứ VIII.
42. *Zhang-zhung snyan-rgyud*, “trao truyền qua tai từ Zhang-zhung”, là một truyền thống khẩu truyền không gián đoạn của Dzogchen (*bka'-ma*). Không xuất phát từ Ấn Độ, như là trường hợp với Nyingmapa, mà từ đất nước Zhang-zhung ở phía Tây Tây Tạng và được lưu giữ trong học phái Bonpo. Những hệ thống khác của Dzogchen Bonpo là Terma (*gter-ma*), hay sự tái phát hiện những tàng thư, thấy trong thế kỷ XI và sau này.
43. Trong quan điểm của Namkhai Norbu Rinpoche, truyền thống Nyingmapa xuất phát từ Padmasambhava, Vimalamitra, và Vairochana, và truyền thống Bonpo xuất phát từ Tapihritsa và Gyerpunga ở Zhang-zhung tiêu biểu cho truyền thống lịch sử xác thực của Dzogchen, về phương pháp và nội dung giống hệt nhau. Ngài đưa ra giả thuyết xa hơn rằng hai truyền thống Ấn Độ và Zhangzhungpa có nguồn gốc chung trong đất nước huyền thoại Uddiyana (*O-rgyan*) nằm sát Tây Bắc Ấn Độ và phía Tây Tây Tạng, có thể nói ở hướng Đông của Afghanistan. Xem Lịch sử Phật giáo ở

Afghanistan của C.S Upasak (sarnath, Varanasi: Học viện Trung tâm nghiên cứu cao của Tây Tạng, 1990).

44. Khri-srong lDe'-btsan, 742-797.
45. *Yang-dag-pa'i sems bon rdzogs-chen gyi skor.*
46. *rDzogs-chen sde gsum.*
47. *rDzogs-chen gyi ston-pa bcu-gnyis.*
48. Mười hai vị Thầy Dzogchen này (ston-pa bcu-gnyis), do Dodrupchen Rinpoche liệt kê trong *Học thuyết Tantric theo phái Nyingmapa* của ngài (Gangtok, Sikkim: Học viện Namgyal của Tây Tạng học, 1957, trang 31-32) là như sau:
 1. sTon-pa Khye'u snang-ba dam-pa
 2. sTon-pa Khye'u 'od mi 'khrugs-pa
 3. sTon-pa 'Jigs skyob-pa'i yid
 4. sTon-pa gZhon-nu rol-ba rnam-par brtse-ba
 5. sTon-pa 'Tsho-byed gzhon-nu
 6. sTon-pa gzhon-nu dpa'-bo stob-ldan
 7. sTon-pa Drang-srong khros-pa'i rgyal-po
 8. sTon-pa gSer'od dam-pa
 9. sTon-pa brTse-bas rol-pa'i blo-gros
 10. sTon-pa 'Od-srungs bgres-po
 11. sTon-pa mNgon-rdzogs rgyal-po
 12. sTon-pa Shakya thub-pa (Thích Ca Mâu Ni)Tối thiểu một trong những vị thầy tiền lịch sử (số 9) được mô tả là một người Sogdian (*sog-po*).
49. *Yang gsang rdzogs-chen snying-thig gi rgyud bcu-bdun.* Đây là những Tantra chánh của Bộ Dzogchen Upadesha.
50. mKhar-chen bza' ye-shes mtsho-rgyal. Bà là consort người Tây Tạng và là bạn đồng hành của ngài Padmasambhava.
51. *Man-ngag rgyab chos.*
52. *rGyud rab tu rgyas-pa'i man-ngag.*
53. *Zab 'dus man-ngag.*
54. *dKar-chag.*
55. *Lha-lcan Padma-gsal.*
56. *rNam-shes.* Nó là sự thường thay đổi của dòng tâm thức khiến tái sanh, chuẩn bị liên tục kiếp sống này sang kiếp sống khác.
57. Padma las-'brel-rtsal.
58. *rGyud rab tu rgyas-pa'i man-ngag.*
59. *Brag seng-ge 'dra-ba.*
60. *Zab 'dud man-ngag.*
61. Dang-lung khra-mo brag.

62. Tshul-khrims rdo-rje.
63. Padma las-'brel-rtsal (1291-1315).
64. Myang ting-'dzin bzang-po.
65. mChims-phu'i dge-gung.
66. dBu-ru zhwa'i lha-khang.
67. *bShad rgyud*.
68. *sNyan-rgyud*.
69. 'Bro Rin-chen 'bar.
70. sBas bLo-gros bdang-phyug.
71. lDang-ma lhun-rgyal.
72. Zhwa'i mgon-po.
73. lCe-btsun Seng-ge dbang-phyug, thế kỷ thứ XI-XII.
74. *'Od lus*. Theo truyền thống Nyingmapa, Đại Thành Tựu Giả Vimalamitra không trải qua cái chết, mà trong khi còn sống, ngài chuyển thân vật chất của ngài thành Thân Ánh Sáng, một tiến trình được biết là Đại Chuyển Di (*'pho-ba chen-po*). Ngài có thể hiện thân cho những đệ tử thấy được vào bất kỳ thời điểm và lịch sử nào và trong dạng do ngài chọn.
75. *Kha-byang*. Hoàn tất chu kỳ chôn dấu của những tầng thư, thường sở hữu như sách hướng dẫn. Những tầng thư này được các Terton phát hiện từ nơi chôn dấu.
76. *sDe-tshan lnga*.
77. *Zhal-'chems*.
78. *Rig-'dzin gyi 'das-rjes rnam-pa bzhi*.
79. *Srog snying*.
80. *Chos zab-pa'i gnad ky'i mthar thug rnam*.

GIỚI THIỆU

1. Đây là quan điểm của ngài Namkhai Norbu Rinpoche, trong cách tiếp cận ngài nhấn mạnh tính chất không hệ phái của giáo lý Dzogchen, mặc dù theo truyền thống giáo lý này được kết hợp với phái Nyingmapa. Những Lama Tây Tạng khác thường chọn hơn một lập trường của hệ phái, nhấn mạnh trên sự kết hợp dành riêng của Dzogchen với truyền thống Nyingmapa. Tuy nhiên, Namkhai Norbu Rinpoche chỉ ra rằng thực nghĩa của thuật ngữ Dzogche là Trạng thái Nguyên sơ của cá nhân (*kun-bzang dgongs-pa*), do vậy nó không đại diện cho quan điểm một môn phái khác kết hợp với một hệ phái lịch sử cá biệt. Ngoài ra, đối với Dzogchen, thuật ngữ *lta-ba* có nghĩa “cách thấy” hơn là một cái thấy vận dụng trí não hay cương lĩnh. Trong mạch văn này, kinh nghiệm trực tiếp của cá nhân quan trọng hơn sự trình bày triết học có hệ thống chính xác. Cách tiếp cận của Norbu Rinpoche ở đây là gợi lại điều của D.T. Suzuki viết trong cuốn *Thiền của Phật Giáo*, có khuynh hướng phổ cập

thiền và hướng nó vượt lên bối cảnh hoàn toàn của một hệ phái. Ví dụ, xem *Thiền của Phật Giáo: Tuyển tập những bài viết của D.T. Suzuki* (Garden City, Newyork: Doubleday, 1956) và *Thiền và Văn Hóa Nhật Bản* (Newyork: Pantheon, 1959). Việc cho rằng Dzogchen tiêu biểu cho giáo lý cao nhất của Đức Phật, v.v.. làm chướng tai gai mắt những Phật tử Phương Tây, đặc biệt với những hành giả Theravada và Zen; nhưng ở đây chúng ta chỉ đơn giản lập lại truyền thống trong phái Nyingmapa cho là từ viễn cảnh phân loại giáo lý của Đức Phật của riêng họ thành chín thừa dẫn đến giác ngộ. Nói chung trong Nyingmapa tuyên bố này không có ý khiêu khích tấn công và chê bai những học thuyết Phật Giáo khác và những truyền thống đang hiện hữu ở Tây Tạng. Đương nhiên, những Lama học giả lãnh đạo những hệ phái mới, cụ thể là, Sakyapas, Kagyudpas, và Gelugpas không nhất thiết chấp nhận tuyên bố của Nyingmapa cho Dzogchen là đỉnh cao nhất của chín thừa đến giác ngộ (*theg-pa'i yang rtse*). Xem Phần Ba, “Lịch sử Nguyên thủy của Dzogchen”.

Ngoài ra, theo Namkhai Norbu Rinpoche, những bản văn nguyên thủy của Dzogchen, đặc biệt là Upadesha, luôn luôn nhắm tới kinh nghiệm lập tức của hành giả. Chúng được sáng tác trong ngôn ngữ bình thường không triết lý và dễ hiểu. Những luận chứng triết lý ở mức tối thiểu. Nhưng những luận giảng và trình bày viết trong những thế kỷ sau lại khó đọc hơn và phức tạp hơn trong tư tưởng vì những học giả có khuynh hướng triết lý muốn khẳng định và biện hộ quan điểm riêng của họ. Ví dụ, nhiệm vụ nỗ lực của Longchen Rabjampa trong thế kỷ XIV là chứng minh và biện luận giáo lý Dzogchen từ việc kết tội dị giáo và không chính thống bởi các Lama-học giả của trường phái mới. Ngài bắt đầu bố cục Dzogchen, như đã làm trong tác phẩm nổi tiếng của ngài: *Theg-mchog rin-po-che'i mdzod* trong khuôn khổ thực sự triết học và kinh viện, được sử dụng đúng lúc bởi những học giả trình bày chi tiết một cách hệ thống những truyền thống của Sutra và Tantra. Ngài làm điều này để Dzogchen được dễ hiểu nếu quan điểm của những tu sĩ-học giả tương tự không thể chấp nhận. Sự tương tự thực sự này là Jigmed Lingpa ở thế kỷ XIX. Ngày nay, trong những nguồn nào đó, hiện hữu một khuynh hướng tương tự dịch những bản văn Dzogchen Tây Tạng thành một ngôn ngữ giả tạo của sự dùng từ mới, trừu tượng, kiêu kỳ và khó hiểu, xa cách với ngôn ngữ thông thường của cuộc sống hàng ngày. Có lẽ mục đích ở đây cũng là tạo cho Dzogchen có thể được chấp nhận như một hệ thống triết học quan trọng với những tri thức trừu tượng hiện đại. Nhưng điều này chỉ phục vụ chút ít cho những người thực sự mong muốn thực hành giáo lý trong bối cảnh xã hội và cuộc sống hiện nay. Về phần Dzogchen, trước tiên chúng ta phải nhìn vào thực nghĩa và sự thông đạt hơn là những lý thuyết, nghiên cứu, và xây dựng có hệ thống. Trước tiên chúng ta phải nắm vững nguyên lý, và với Dzogchen nguyên lý là Giác Tánh nội tại tức thời (*rig-pa*) là sự siêu vượt và đi trước tiến trình tư duy.

Trong truyền thống giải thích của Dzogchen, trạng thái tinh túy được biết là Rigpa, cho tất cả chúng sanh dù họ là người hay không là người đều giống nhau. Rigpa là sự đối nghịch với vô minh hay thiếu tỉnh giác. Trạng thái của Rigpa này

thanh tịnh, vô điều kiện, không hình tướng, hay sự cảm nhận của thực tại. Dù nó thường được nói bằng ngôn ngữ không đề cao, hơn là một điều gì đó huyền bí hay khác thế gian, trạng thái của Rigpa hoàn toàn bình thường và nhanh chóng, thuộc về thế gian này ở đây và bây giờ. Nó không cần liên quan bất kỳ hiện tượng sâu kín hay cái thấy hạnh phúc nào. Ngược lại, Rigpa đại diện cho nền tảng của tất cả kinh nghiệm có thể xảy ra, bình thường hay phi thường, trong quy mô này hay quy mô khác, bao gồm Bardo, hay kinh nghiệm sau khi chết. Không có Rigpa, cho một mức độ nào đó, không có bất kỳ kinh nghiệm nào về bất cứ cái gì. Ngoài ra, về mặt thực chất thông thường của nó, chúng ta nhớ lại ứng xử của Satori (kinh nghiệm Ngộ) trong truyền thống Zen của Trung Quốc và Nhật Bản trong tác phẩm của D.T. Suzuki. Dù Rigpa có được xem là một kinh nghiệm huyền bí hay không là một vấn đề của sự định nghĩa. Trong tự thân truyền thống Dzogchen, Rigpa không được xem là một kinh nghiệm huyền bí (*nyams*) hay như sự thỏa mãn của ý thức hoặc ngay cả như một trạng thái đối tượng của ý thức. (Xem *Tự-Giải Thoát qua Cái Thấy với Giác Tánh Không Che Đậy* của tôi [Barrytown, NY: Station Hill Xuất bản, 1989].) Trong bất cứ trường hợp nào. Có sự hiện hữu nhiều loại huyền bí, và những kinh nghiệm huyền bí có thể hay không thể giống nhau cho tất cả cá nhân. Một số học giả khẳng định chúng giống nhau (Vivekananda, Radhakristnan, v.v., trong khi những người khác phủ nhận điều này và thay đổi để phân biệt những phạm trù của kinh nghiệm huyền bí. (như một ví dụ của cái sau, xem *Những Huyền Nhiệm Thiên Liêng và Trần Tục* của R.C. Zaehner [Oxford: Clarendon Xuất bản, 1957].) Về phần quan điểm riêng tôi, dù kinh nghiệm huyền bí giữa các cá nhân khác nhau hay rất ráo chúng giống nhau với tất cả mọi người, sự giải thích trạng thái huyền bí của ý thức, cả hai tôn giáo và triết học, chắc chắn khác nhau, và những sự giải thích này luôn luôn tiến hóa và thay đổi vì những lý do lịch sử và triết học khác nhau. Do đó, ngay cả nếu kinh nghiệm huyền bí rất ráo là vượt lên thời gian, tự thân sự huyền bí có một lịch sử, giống như bất kỳ tôn giáo nào. Về phần kinh nghiệm huyền bí nói chung, và ở đây liên quan đến Dzogchen nói riêng, cả hai khía cạnh này, tính phi lịch sử phổ quát và lịch sử riêng, phải được đánh giá.

2. Tôi đã chuẩn bị một bản dịch về sưu tập này của bản văn Bonpo Dzogchen có tham khảo ý kiến với Lopen Tenzin Namdak. chúng tôi hy vọng sẽ thấy chúng trong tương lai gần. Những sưu tập từ bản dịch này có thể thấy trong *The Bonpo Bulletin* [thông báo của Bonpo] (Copenhagen, 1989-1991), và trong quyển sách sắp xuất bản của tôi: *Không gian, Giác Tánh, và Năng lượng* do Snow Lion xuất bản.

3. Prahevajra hay Prajnabhava

4. Đó là *thal-ba bcu-gsum* thấy trong *sGra thal-gyur*, Tantra chánh thuộc bộ Upadesha của Tantra Dzogchen. Nguồn gốc vũ trụ và vũ trụ học thấy ở đây và trong

những Tantra Dzogchen khác có sự tương tự nào đó với vũ trụ học gặp trong *Avatamsaka Sutra*. Một tóm tắt của vũ trụ học này được Dodrubchen Rinpoche viết, tôi đã dịch dưới đề tựa *Vũ trụ học của Dzogchen Tantras*, sẽ được xuất bản trong tương lai.

5. Những vấn đề này tôi đề cập với một ít sâu rộng hơn trong *Giai điệu Du dương Thanh tịnh của Rong* và *Vũ trụ học của Tantra Dzogchen* (sắp xuất bản).

6. Xem tiểu sử của Garab Dorje (trong phần hai).

7. Dakinis (*mkha' 'gro ma*, nguyên nghĩa, “Cô (*ma*) đi (*'gro*) trong hư không (*mkha'*)” hay “người di chuyển trong pháp giới” biểu hiện của năng lượng trong dạng người nữ. Một Dakini có thể xuất hiện như con người, thường là người nữ sở hữu trí tuệ tâm linh và những năng lực huyền bí, như thiên nữ hay thần thánh. Nói chung, Jnana Dakini hay Trí tuệ của Dakini (*ye-shes mkha'-'gro*) tức là người sở hữu *ye-shes* hay jnana (Trí tuệ, Tri kiến, Gnosis) đã giác ngộ trong dạng người nữ. Họ được phân biệt với Karma Dakinis, hay Dakini Hành Động (*las kyi mkha'-'gro*) là các thần thánh thế gian, quỷ thần,... Mặc dù họ sở hữu năng lực và trí tuệ huyền bí, dạng sau này vẫn thuộc về Samsara do đó không phải là sinh linh giác ngộ. Vấn đề năng lượng người nữ thiêng liêng này, Dakini, tôi mô tả đầy đủ trong *Quyển sách Bí mật của Simhamukha* (sắp xuất bản, Nhà xuất bản Vidyadhara) và trong *Vũ điệu của Dakini* (sắp xuất bản).

8. Mặc dù nhiều Tantra cổ không bao gồm trong văn phòng những kinh điển tiêu chuẩn của Tây Tạng được biết là *Kangyur (bca'-gyur*, “Sự phiên dịch Từ Ngữ”), sau này được Ratna Lingpa (1402-1479) gộp lại với nhau, và những cái khác vào bộ sưu tập lớn được biết như *Nyingmai Gyud-bum (rNying-ma'i rgyud 'bum)*.

9. Trong mạch văn này, không nên nhầm lẫn niềm tự hào thánh hóa (*lha'i nga-rgyal*) với tự cao hay kiêu kỳ (*nga-rgyal*) là sự say mê hay cảm xúc tiêu cực (*nyon-mongs-pa*, Phạn klesa, nguyên nghĩa, “nhiễm ô”) do đó tiêu biểu cho vô minh. Hay không nên lẫn lộn niềm tự hào thánh hoá với tội lỗi của Adam trong kinh khải huyền, niềm tự hào của ông ta ở đây tiêu biểu cho việc khao khát trở thành Thượng Đế. Bằng việc không tuân theo điều răn của Chúa là không ăn quả của cây biết lành biết dữ (thiện, ác), Adam đã tự đặt đức hạnh của mình ngang bằng với Chúa. Điều này không phải là ý nghĩa ở đây, hành giả không mong muốn trở thành Chúa Trời. Kinh nghiệm cá nhân và bản ngã của hành giả, bị giới hạn và vô minh, được đặc tính hóa bởi lòng tự cao thế gian bình thường hay một cảm giác đồng nhất. Cá nhân hay tự ngã này không phải là Thượng Đế hay Thần Thánh. Cũng không phải niềm tự hào tâm linh của những vị thánh tiêu biểu cho niềm tự hào thánh hóa. Ngoài ra, niềm tự

hào thánh hóa là trí huệ và sự nhận được bản thể giác ngộ nội tại trong hành giả hay Phật Tánh và một cảm giác đồng nhất với sự tịnh hóa tâm thức của hành giả (vô ngã) với một năng lượng thiêng liêng hay tướng bốn tôn (*yi-dam*, Phạn devata) là một biểu hiện đặc biệt của Phật Tánh giác ngộ nội tại này. Điều này không đại diện cho sự thổi phồng kinh nghiệm của bản ngã thành trạng thái thiêng liêng, mà phần nào biểu hiện hiện hữu nội tại và khả năng vô ngã trong hành giả. Trong phần bắt đầu thực hành sadhana, kinh nghiệm tự ngã này, cũng như sự nhận thức tức thời môi trường bên ngoài hành giả, tan biến vào trạng thái tánh Không, hay Shuyata (*stong-pa-nyid*). Sau đó, trong trạng thái thiền định không hình ảnh, được đặc tính hóa bằng cả hai tánh không và sự chiếu sáng, hành giả tự mình tái xuất hiện trong tướng bốn tôn thanh tịnh được biết như nguyện hữu tình, hay Samayasattva (*dams-tsig sems-dpa'*). Nó trở thành kinh mạch thanh tịnh này khiến năng lượng cao hơn của năng lực và cảm hứng lưu xuất từ Phật tánh giác ngộ vốn có của hành giả được viển dẫn ngoài không gian vô tận của Tâm xuống tướng thanh tịnh này của Samayasattva, được xây dựng và quán tưởng bởi hoạt động tâm. Năng lượng của cảm hứng và gia hộ tự chúng hiện diện trong dạng đặc biệt được biết như Jnanasattva, hay trí hữu tình (*ye-shes sems-dpa'*). Sau đó, trí hữu tình và nguyện hữu tình hòa nhập thành một, không thể tách biệt (*dam ye dbyer med*). Kế tiếp, hành giả phát triển một cảm nhận tính đồng nhất của thực thể hợp nhất đang tồn tại thực sự này trong thời gian thực hành sadhana. Và vì cảm nhận sự hợp nhất hay niềm tự hào thánh hóa, tất cả năng lực và khả năng của sự xuất hiện bốn tôn này hay tướng bốn tôn được thực tế hóa trong kinh nghiệm của hành giả. Tối thiểu, đây là trường hợp của người thành tựu hay Mahasiddha. Tôi đề cập tiến trình của sadhana này hay sự chuyển hóa tantric (*grub-thabs*) đầy đủ hơn trong *Bậc thang đến Akanistha* (Nhà xuất bản Vidyadhara sắp xuất bản) và trong *Quyển Sách Bí Mật của Simhamukha* (sắp xuất bản – Nhà xuất bản Vidyadhara).

10. Sambhogakaya được nói là đặc tính hóa bởi năm chắc chắn (*nges-pa lnga*) như nơi chốn, vị thầy, người nghe, giáo lý, và thời gian. Có thể nói, Sambhogakaya trong hình tướng Vị Thầy Vajrasattva xuất hiện trong vĩnh cửu vượt lên thời gian, ở Akanishtha, nơi thanh tịnh cao nhất của hiện hữu, và không có ở đâu khác. Ở đây, Ngài chỉ dạy những giáo lý cao nhất, phần lớn là mật truyền, những học thuyết của Đại Thừa và Kim Cang Thừa và chỉ dành riêng cho những người nghe là Đại Bồ Tát mà sự tiến hóa tâm linh đã đạt từ địa thứ 7 đến địa thứ 10 (Phạn, bhumi). Trái lại, Nirmanakaya biểu hiện năm không chắc chắn liên quan đến nơi chốn, người nghe, vị thầy, giáo lý và thời gian. Có thể nói, Nirmanakaya có thể xuất hiện vào bất cứ lúc nào suốt chiều kích của Samsara đến nhiều loại chúng sanh khác nhau sở hữu nhiều cấp độ phát triển thông tuệ và sự trưởng thành tâm linh khác nhau. Giáo lý mà Nirmanakaya trình bày cho người nghe tùy thuộc vào hoàn cảnh, nhu cầu và khả năng của cá nhân trong vấn đề hiểu biết.

11. Nói chung, quan điểm (*lta-ba*) của Mahamudra và Dzogchen giống nhau, nhưng theo phần lớn tin tức do Lama của tôi, chúng khác nhau trong một vài khía cạnh về mặt Thiền (*sgom-pa*) và Hành (*spyod-pa*). Xem phụ lục *Tự-Giải Thoát qua Cái Thấy với Giác Tánh Không Che Đậy* trang 103-106 của tôi.

12. Trong quá khứ, vấn đề này dịch sai là “giọt tâm” không có ý nghĩa; đúng ra “giọt” là *thig-pa* không phải *thig-le*.

13. Hay đặt nó theo cách khác, ba điểm trọng yếu liên quan đến kiến, thiền, hành của Dzogchen tương ứng với ba trình bày của Garab Dorje: sự giới thiệu trực tiếp vào trạng thái của Rigpa, không nghi ngờ về nó, và tiếp tục trong trạng thái đó với xác tín.

PHẦN MỘT: BA TRÌNH BÀY ĐÁNH VÀO NHỮNG ĐIỂM TRỌNG YẾU

Luận giảng về “Giáo lý Đặc biệt của Vua Trí huệ và Quang vinh” bởi Dịch giả

1. Hãy xem *Tự-Giải thoát qua Cái Thấy của Giác Tánh Không Che Đậy của tôi*.

2. Xem *Theg mchog rin-po-che'i mdzod* của ngài, quyển VAM, trang 75-84.

3. Về điều này, thực hành thiền định liên tục cả ngày và đêm, hãy xem bản văn của ngài Namkhai Norbu Rinpoche *Vòng tuần hoàn của Ngày và Đêm* do tôi dịch (Barrytown, Nyingmapa: Station Hill, 1987).

4. Xem thảo luận trong phần Phụ Lục quyển *Tự-Giải thoát* của tôi.

5. Về việc làm thế nào thực hành Thanh Tịnh Quang tự nhiên liên quan đến giấc ngủ và giấc mộng rõ ràng, xem Namkhai Norbu, *Vòng tuần hoàn của Ngày và Đêm*.

6. Với sự phê bình huyền bí của Phật Giáo, hãy xem Phụ Lục quyển *Tự-Giải thoát* của tôi. Trang 81-87, 96-103.

7. Xem Phụ Lục của quyển *Tự-Giải thoát*, trang 96-103.

8. Về gnosis và trí huệ, xem *Đạo Phật: Tinh Hoa và sự Phát Triển* của E. Conze (London: B. Cassirer, 1951) và *Tư Tưởng Đạo Phật ở Ấn Độ* của E. Conze (London: George Allen & Unwin, 1962).

Luận giảng Giữa Dòng về “Chúc Thư Cuối của Garab Dorje” bởi dịch giả

1. Xem *Dzogchen: Trạng thái Tự-Viên Mãn* của Namkhai Norbu và Adriano Clementi, eds. (Ithaca: Snow Lion, 1995), trang 37-41.

PHẦN HAI: CUỘC ĐỜI CỦA GARAB DORJE VÀ GURU SADHANA

Giới thiệu của Dịch giả

1. *Gangs ljongs rgyal bstan yongs-rdzogs kyi phyi-mo snga 'gyur rdo-rje'i theg-pa'i bstan-pa rin-po-che ji-ltar byung-ba'i tshul dag cing gsal-bar brjod-pa lha dbang gyul las rgyal-ba'i rnga-bo-che'i sgra dbyangs* (Kalimpong, 1967), chương hai, phần III, dưới tựa đề *Atiyoga'i skor*, từ 119-142.

2. Xem *Đại Viên Mãn* của Samten G. Karmay (Leiden: Brill, 1988) trang 225.

3. sNying-thig ya-bzhi, quyển 9, từ 1-179, (New Delhi: Jamyang Trulku Tsewang và L. Tashi, 1970-71. Phần được phiên dịch ở đây từ từ 89-110.

4. Khẩu truyền từ Yangthang Rinpoche.

5. Trên nguyên mẫu tìm thấy trong biểu tượng mặt trăng và trụ xứ của Tantras Cao Hơn, đó là Mahayoga và Anuttara Tantra, xem “Dzogchen có phải là giáo lý đạo Phật chính thống không?” trong phần ba. Vì hiện tại sách này đề cập chủ yếu vấn đề Dzogchen nói chung không phải là Tantra hay Tantra của Đạo Phật, tôi không thể quan tâm nhiều vào sự phân hai giữa biểu tượng mặt trời và uranian trong Mahayana Sutra và Yoga Tantra, và biểu tượng mặt trăng và trụ xứ của Mahayoga và Anuttara Tantra. Sự phân hai này cũng được *Zhi-khro* minh họa “Những Bốn tôn Hiền Minh và Phần Nộ”, được mô tả trong *Tử Thư Tây Tạng*. Nói chung, mặt trời đối lại với mặt trăng, uranian đối lại với trụ xứ, xem *Những Khuôn Mẫu trong So Sánh Tôn Giáo* của Mircea Eliade (Cleveland: World, 1970), trang 142-187, cũng xem trong *Wicca, Ngoại Giáo, và Tantra* của tôi (Freehold: Vidyadhara, 1994).

Cuộc đời của Garab Dorje

1. Theo hệ thống chiêm tinh và niên đại học *Phug-lug*, Đức Phật Shakyamuni Nhập Niết Bàn trong năm 881 trước CE. Ở đây cũng nói Garab Dorje sinh sau khi Phật nhập niết bàn 360 năm tức năm 521 trước CE. Ở chỗ khác có nói Ngài nhận ra

Thân Cầu Vòng khoảng 544 năm sau đó, tức là năm 337 trước CE. Về vấn đề thời kỳ của Garab Dorje, xem “Nguồn gốc Lịch sử của Dzogchen” trong Phần ba.

2. Aryadesha (*Phags-yul*),” vùng đất tôn quý” trong bản văn Phạn ngữ của Phật giáo thường được mệnh danh cho Ấn Độ. Tên thời xưa cho Bodh Gaya, ở đó Phật đạt giác ngộ của Phật tánh, là Vajrasana (rdo-rje gdan), “Ngai Kim Cang của giác ngộ.” Nơi đây tiêu biểu cho trung tâm vũ trụ của đạo Phật, và tất cả mọi hướng và khoảng cách bắt đầu từ đây được đo bằng yojanas. Một joyana (*dpag-tshad*) ít hơn một dặm. Trong bản văn của Nyingmapa thường nói xứ Uddiyana nằm về hướng Tây Bắc của Aryadesha hay Ấn Độ, ngày nay ở một nơi nào đó của Pakistan hay Afghanistan. Một số học giả như Giuseppe Tucci nhận ra nó trong Thung lũng Swat ở Pakistan. Trái lại, Upasak sưu tập những chứng cứ Uddiyana nằm ở miền Đông Afghanistan. Xem *Lịch sử Phật Giáo ở Afghanistan* của C.S Upadak (Varanasi: 1990).

3. Kosha hay Koshana có thân người, bàn tay và chân giống người nhưng móng tay và chân bằng sắt. Mặt tương tự như beo (*dred*). Họ có thể đi thẳng đứng trên hai chân hay chạy bằng bốn chân, do đó họ xuất hiện giống như Yeti hay người rừng (*mi rgod*). (Thông tin miệng từ Lama C.R). Không chắc chắn có bất kỳ liên quan nào giữa từ không phải Tây Tạng Koshana với tên Kushana, người dân có nguồn gốc Scythian không phải Ấn Độ từng thống trị vùng Uddiyana. Những luật lệ của Kushana, trước tiên giữa Kanishka của họ, sống khoảng thời gian của đức Christ (78-102 CE), bảo trợ cho những người theo đạo Phật, chấn chỉnh của học phái Sarvastivadin, nhưng cũng có thể như khẳng định của truyền thống là của Phật giáo Đại thừa. Vị tổ vĩ đại của Mahayana là Nagarjuna soạn thảo một bức thư cho vị vua này hay người kế vị. Kanishka cạnh tranh ủng hộ tài chánh và những thứ khác với đại đế Ashoka (vua A dục), nhưng cũng với tôn giáo khác ngài cũng khoan dung, trưng bày những đồng tiền, bên cạnh đạo Phật, những hình tượng thánh của đạo Hinduism (Hồi Giáo) và Zoroastrianism, và cũng là những vị thần cổ xưa của Hi Lạp. Xem *Phật Giáo Ấn Độ* của A.K. Warder (New Delhi: Motilal, 1970) trang 345.

4. Uparaja (U-pa-ra-dza) không phải là tên người, mà là một đề tựa có nghĩa “vị vua nhỏ bé”.

5. Dudjom Rinpoche đặt Pháp danh cho vị công chúa này theo quy tắc Phạn văn. Trong ‘*Dra ‘bag*, cô được gọi là Praharini, và cha cô, Uparaja, được nhận ra là Vua Indrabhuti, có thể là tên một niên đại theo luật lệ của Uddiyana.

6. Pravrajya (*rab tu byung-ba*) là sự thọ giới cho tăng hay ni mới tu, trong truyền thống Tây Tạng phải theo thứ tự 36 giới nguyện. Upasampada (*bsnyen-par rdzogs-pa*) là thọ cụ túc giới của Bhikshu (tỳ kheo), hay tăng (*dge-slong*), với 253 giới, trái lại một Bhikshuni hay tỳ kheo ni (*dge-slong-ma*) khoảng 300 giới.

7. *dGe-sbyor skong*. Dudjom Rinpoche ghi rõ những thực hành này thuộc về Yoga Tantra.

8. Mặc dù không trình bày thẳng, người đàn ông trắng huyền bí này ngụ ý là Phật Vajrasattva. Trong cả hai Yoga Tantra và Anuttara Tantra, trong khi kalasha-abhishekha, hay quán đảnh cái bình (*bum dbang*), cá nhân được trao quyền của Panchkula hay Năm Gia Đình Phật (*rigs lnga*) ban cho. Sự trao quyền này chuyển hóa năm skandhas, hay những kết tập bất tịnh tồn tại trong cá nhân hành giả (ngũ uẩn), trong thực tế sự phô bày của chúng là năm Tathagatas, hay những khía cạnh của Phật Tánh (*rgyal-ba rigs lnga*).

9. Maras (*bdud*) là những quỷ hắc ám của tâm tính thường xuyên độc ác, và Brahmas (*tshang-pa*) là những chư Thiên cư trú trong những hành tinh tâm linh cao hơn của Rupadhatu hay Sắc Giới. Trong truyền thống Hindu thấy trong Puranas và ở chỗ khác, Brahma là một thuật ngữ dòng giống. Gyalpo (*rgyal-po*), Tsen (*btsan*), và dMu (*dmu*) là những tên tự nhiên của nhiều chủng loại tâm linh khác nhau ở Tây Tạng.

10. Nirmita (*sprul-pa*) là một hóa thân hay hiện thân. Một vị Phật hay sinh linh giác ngộ khác có thể lưu xuất cùng lúc nhiều Nirmitas trong vô số hình tướng khác nhau.

11. Devas, hay chư Thiên đối xử với đứa bé Garab Dorje như Thầy (*ston-pa*) và như người Thủ Hộ hay Chúa Tể (*mgon-po*) của họ, điều này chỉ ra ngài, như một Hóa thân Phật hay biểu hiện của sinh linh giác ngộ, tôn quý hơn bất kỳ chư Thiên nào. Danh hiệu Thế Tôn của Natha (*mgon-po*) cũng là Phật Nguyên sơ Samantabhadra (Kun tu bzang po) người được viết trong những Tantra như vị Chúa tể Nguyên Sơ hay Adinatha (*gdog-ma'i mgon-po*). Adinatha cũng là danh hiệu của Shiva trong truyền thống Natha-sampradaya của Ấn Độ, một phụ phái Shaivite của các Yogin. Trong giữa thời Trung Cổ, những Mahasiddha của đạo Phật và các Yogin của Shaivite tiếp xúc thân mật với nhau. Một số họ, như Matsyendranatha và Gorakshanatha nhập cả hai nguồn gốc Phật giáo và Shaivite. Ví dụ tên của họ được thấy trong danh sách 84 vị Mahasiddha và trong dòng Hindu của Hatha Yoga.

12. Devas (*lha*), Nagas (*klu*), và Yakshas (*gnod-sbyin*) là những quỷ thần thế gian cư trú tương ứng trên cõi trời, trong lòng đất và trên mặt đất. Lokapalas (*jig-rten gyi skyong-ba*) là những chư Thiên bảo hộ 10 phương của vũ trụ chống lại những thế lực hỗn loạn bên ngoài. Trong hướng đông là Indra, hướng nam là Yama, hướng tây là Varuna, hướng bắc là Kubera, đông nam là Agni, tây nam là Nirrita, tây bắc là Vayu, đông bắc là Ishana, tại đỉnh là Brahma, và nơi thấp nhất là Vishnu. 10 Lokapalas thấy trong một số mandala của đạo Phật, và danh sách tương tự của 10 vị thần cũng thấy xuất hiện trong Hindu Puranas.

13. Một Pandita là một học giả biết chữ Phạn.

14. Một Purohita là một tu sĩ của truyền thống Vedic của Brahmins.

15. Vị vua nhận ra đứa trẻ là một Mahapurusa (*gang-zag chen-po*), một cá nhân vĩ đại, có thể nói, một cá nhân sở hữu 32 dấu hiệu chánh và 80 đặc tính phụ của một vị Phật hay một Chakravatin, một vua vũ trụ.

16. Bốn loại sanh là sanh từ tử cung, sanh từ trứng, sanh từ nhiệt và ẩm, sanh từ sự hóa hiện (noãn, thai, thấp, hóa). Ngài luân chuyển trong những cõi tái sanh đặc biệt (*nye 'khor 'khor-bas*); những cõi đặc biệt này (*nye 'khor*) được tạo ra bởi những khí chất nghiệp riêng của cá nhân, và những nơi cư trú của họ khác nhau và dễ thay đổi.

17. *Ting-nge-'dzin la snyoms-par bzhugs-pa'i tshul bstan-pas. Samadhi (ting-nge-dzin)* ở đây có nghĩa trạng thái thiền. Nói chung, *Samapatti (bsnyoms-par bzhugs-pa)*, “giữ nguyên sự thanh thản” ám chỉ cấp độ thể nhập trừu tượng cao hơn trong thiền định, ở đó hành giả thiền quán không có đối tượng cụ thể.

18. *Tirthikas (mu-stegs-pa)* là Hindus (Ấn Giáo) và Indo-Iranian khác không phải Phật giáo. Con đường tội lỗi ám chỉ việc thực hành cúng tế súc vật đang sống.

19. Hơn hai Dakini, như ngụ ý trong bài dịch của câu chuyện này, Dudjom Rinpoche, theo C.R. Lama hình như ở đây được nhận ra là ba Dakini: ‘Jig-rten bde-ba’i ro dang ldan-ma, bDe-byed ser-mo, và Yon-tan mtha’-yas.

20. *Rang-byung rang-babs kyi yi-ge sprul-pa'i sku*. Thuật ngữ *tự-hình thành (rang-byung)* và *tự-xuất hiện (rang-babs)* cả hai có nghĩa tự nhiên và không giả tạo. Những Bảo Tháp, tượng Phật, những tác phẩm nghệ thuật, những chữ chạm khắc, v.v... có thể là *Shailpa-nirmanakaya (bzo yi sprul-sku)*, đó là những biểu hiện tự nhiên của Nirmanakaya trong hình tượng nghệ thuật (*bzo*, phạn *silpa*) hay những đối tượng vật chất khác.

21. Một dòng trao truyền giáo lý ngắn (*nyer brgyud*) để phân biệt với dòng truyền dài (*ring brgyud*). Trong trường hợp trước, cá nhân tiếp nhận nó thấy chính mình rất gần với nguồn ban đầu của dòng truyền, có một lối vào nhanh chóng và trực tiếp hơn tới năng lực hay năng lượng (*byin-rlabs*) của giáo lý – không có ranh giới gián đoạn giữa thầy và trò, như trong trường hợp của cái sau.

22. Sự liên quan đến những vị trí đặc biệt là nguồn của nơi phát hiện Tantra (*gnas 'byung*), giáo lý bí mật của Đức Phật. Một vị trí rất quan trọng khác cho sự phát hiện Tantra là sân lò thiêu lớn của Shitavana (*dur-khrod chen-po bSil-ba'i tshal*), tức rừng lạnh, ngày nay gần Bodh Gaya. Vì trong sân một lò thiêu (*dur-khrod*, Phạn, *smasana*), những xác người được phơi bày hay hỏa thiêu, thuật ngữ Tây Tạng không nên dịch là “nghĩa địa” hay “bãi tha ma”.

23. Một số Lama dịch là Garuda (Kim Xí Điểu).

24. Năm khoa học (*rig-gnas lnga*) là (1) khoa văn phạm (*sgra'i rig-pa*), (2) khoa hùng biện và biện chứng (*tshad-ma'i rig-pa*), (3) khoa y dược (*gso yi rig-pa*), (4) khoa nghệ thuật và nghề thủ công (*bzo yi rig-pa*), và (5) khoa học tinh thần (*nang gi rig-pa*), đó là năm khoa học của Phật giáo. Tên của Tổ Manjushrimitra (Jam-dpal bshes-gnyen) có nghĩa “bạn của Manjushri (Văn Thù)” người sau này là Đại Bồ Tát của Trí huệ và người đỡ đầu của tất cả khoa học văn minh.

25. Sự nói đến ở đây là việc tạo ra bốn giai đoạn trong sự phát triển của cái thấy (*snang-ba bzhi*) liên quan đến thực hành Thodgal. Vị Yogin có thể nhận ra Thân

Ánh Sáng cầu vồng ('*ja'-lus*) qua việc hoàn thiện thực hành này. (Xem chú thích phiên dịch '*Das-rjes*). Vào lúc Garab Dorje vượt lên bốn giai đoạn của cái thấy được biết như lên đến tột bậc của Thực Tại (*chos-nyid zad-pa*) và sau đó nhận ra Thân Ánh Sáng ('*od-lus*), đệ tử Manjushrimitra của ngài cùng lúc nhận ra giai đoạn thứ hai của cái thấy, được biết như sự gia tăng kinh nghiệm (*nyams gong phel-ba*).

26. *sPrul-pa rang-bzhin gyis gnas byed-do*.

27. *Sems gnas-pa rnam la sems kyi sde / bya bral rnam la klong gi sde / gnad gtso-bo rnam la man-ngag gi sde*.

28. Có thể nói, *sNying-thig*, hay Tinh Túy giáo lý của Tâm của Bộ Dzogchen Upadesha.

29. Một visvavajra (*sna-tshogs rdo-rje*), là một vajra đôi hay vương trượng kim cương trong hình dạng chữ thập.

30. Có thể nói, những bản văn của *sNyan-rgyud* và *bShad-rgyud* được chôn dấu như *gter-ma*, hay những tàng thư chôn dấu, và đặt trong sự giám hộ của Dakini (*mkha'-'gro-ma*) và Dharmapatis (*chos-bdag*), là người bảo vệ và thủ hộ họ.

31. *Ke'u-Ri ma-mo brgyad*. Matrikas (*ma-mo*) nguyên nghĩa là “những người Mẹ” là tính chất tâm linh phái nữ thấy trong những nơi kinh sợ và hoang vắng. Đặc biệt, việc nhắc đến tám thiên nữ dẫn đầu bởi Gauri (*Ke'u-ri*). Họ cũng xuất hiện trong *Tử thư Tây Tạng* và trong một số mandalas của Anuttara Tantras, như Hevajra, như sau: Gauri, Chauri, Vetali, Ghasmari, Pukkasi, Shavari, Chandali, và Dombi. HVT I.iii. Xem Tantra Hevajra của David Snellgrove (London: Đại học Oxford xuất bản, 1959), quyển 1, trang 58.

32. Một Makara (*chu-srin*) là một quỷ biển, có lúc được nói giống như cá sấu, lúc khác lại nói giống cá heo có mõm voi.

33. Anandakumara (Kun-dga' gzhon-nu) là một dạng của Bhaivara, khía cạnh khủng khiếp của thần Shiva. Cư trú trong sân lò thiêu, đứng giữa số đông Dakini và Matrika, ngài giám sát nghi lễ đâm máu về đêm của họ.

34. *gSod-byed ma-mo*. Ở chỗ khác, Durga trích dẫn như hoàng hậu của họ. Thông tin miệng từ C.R. Lama.

35. Một Yoghesvara (*rnal-byor dbang-phyug*), “Chúa tể của Yoga”, là một hành giả thông thạo những phương pháp mật truyền của Tantra Cao cấp. Như một vị thầy tham gia nhiều hạnh khổ hạnh khác nhau của Yogin (*rnal-byor-pa brtul-zhugs kyi spyod-pa sna-tshogs byed-pa*) được mô tả trong những Tantra, bao gồm Guhyacharya (*gsang-spyod*), “hạnh bí mật”. Điều này ám chỉ thực hành Tantric cao cấp, đặc biệt là Yoga tính dục (*thabs lam*) thực hiện với một consort (người phối ngẫu) hay Yogini.

36. *Ting-nge-'dzin skyong-ba la.....snyoms-par bzhugs*.